Ven. S. Dhammika

Întrebări potrivite, Răspunsuri corecte

Răspunsuri la cele mai frecvente întrebări despre buddhism

ASOCIAȚIA BUDDHISTĂ THERAVADA ROMÂNIA

www.theravada.ro

BUDDHISM

Întrebări potrivite,

Răspunsuri pe măsură

Răspunsuri la cele mai frecvente întrebări despre buddhism, oferite de Ven. S. Dhammika

Traducere DanI

Despre Autor

Bhante Shravasti Dhammika s-a născut în anul 1951 în Australia, într-o familie creştină şi s-a convertit la buddhism la vârsta 18 ani.

În anul 1973 a plecat în Thailanda cu intenţia de a se călugări, apoi în Laos, Burma şi în cele din urmă în India. Pentru următorii trei ani, a călătorit prin India învăţând yoga şi meditaţie, iar în cele din urmă s-a călugărit sub îndrumarea Venerabilului Matiwella Sangharatna, ultimul discipol al lui Anagarika Dharmapala. În anul 1976 a călătorit în Sri Lanka unde a studiat Pali la Sri Lanka Vidyalaya, iar mai târziu a devenit cofondator şi profesor la Centrul de meditaţie Nilambe din Kandy. De atunci şi-a petrecut cea mai mare parte a timpului în Sri Lanka şi Singapore.

Bhante Dhammika a scris peste 25 de cărţi şi nenumărate articole despre buddhism şi alte subiecte conexe. Prezenta carte (titlul original în limba engleză fiind *„Good Question Good Answer")* este cea mai cunoscută dintre toate şi a fost tradusă în 30 de limbi. De asemenea este cunoscut pentru prelegerile sale şi a reprezentat buddhismul Theravada la Conferinţa Buddhistă Europeană „Millennium" în Berlin, în anul 2000. Pe lângă meditaţia şi filozofia buddhistă, Bhante Dhammika are un interes profund pentru topografia istorică a buddhismului, pentru tradiţia pelerinajului şi a străbătut toată India, dar şi celelalte pământuri buddhiste.
Alte domenii de interes includ istoria Indiei, arta şi botanica. În prezent, Bhante Dhammika este consultantul spiritual al asociaţiei „The Buddha Dhamma Mandala Society" din Singapore.

Urmăriţi blogul autorului la adresa http://sdhammika.blogspot.com/

1. Ce este buddhismul?

Întrebare: Ce este buddhismul?

Răspuns: Numele de buddhism vine de la cuvântul budhi, care înseamnă „a se trezi” sau „a se deştepta”, aşadar se poate spune că buddhismul reprezintă filozofia trezirii. Această filozofie îşi are originea în experienţa lui Siddhattha Gotama, cunoscut sub numele de Buddha, care a cunoscut trezirea prin propriile forţe la vârsta de 35 de ani. Buddhismul are de acum peste 2500 de ani, existând mai bine de 300 de milioane de adepţi în întreaga lume. Până acum o sută de ani buddhismul era în principal o filozofie asiatică, dar el câştigă din ce în ce mai mulţi simpatizanţi în Europa, Australia şi America.

Întrebare: Deci buddhismul este doar o filozofie?

Răspuns: Cuvântul „filozofie” provine din două cuvinte: philo, care înseamnă dragoste, iubire şi sophia, care înseamnă înţelepciune. Astfel, filozofia este dragostea pentru înţelepciune, sau dragoste şi înţelepciune, ambele sensuri descriind perfect buddhismul. Buddhismul ne învaţă că trebuie să încercăm să ne dezvoltăm la maximum abilităţile intelectuale astfel încât să putem înţelege lucrurile în mod clar. Ne învaţă de asemenea să ne dezvoltăm iubirea şi bunătatea, astfel încât să putem fi prieteni adevăraţi ai tuturor fiinţelor vii. Astfel, buddhismul poate fi considerat o filozofie, dar nu doar o simplă filozofie. Este filozofia supremă.

Întrebare: Cine a fost Buddha?

Răspuns: În anul 563 î.e.n. s-a născut un copil într-o familie regală din nordul Indiei. El a crescut în lux şi bunăstare, dar în cele din urmă a descoperit că securitatea şi confortul lumesc nu garantează fericirea. El a fost adânc emoţionat de suferinţa pe care a văzut-o peste tot în jurul lui şi s-a hotărât să afle cheia către fericirea umană. La vârsta de 29 de ani şi-a părăsit casa, soţia şi copilul, şi a plecat pentru a sta la picioarele marilor

învăţători religioşi ai vremii, pentru a învăţa de la aceştia. Ei l-au învăţat multe, dar niciunul nu cunoştea cu adevărat cauzele suferinţei omeneşti şi cum ar putea fi aceasta eradicată. În cele din urmă, după şase ani de studiu, luptă şi meditaţie, el a avut o experienţă în urma căreia toată ignoranţa s-a evaporat, iar deodată a înţeles. Începând din acea zi el a fost numit Buddha, cel Trezit. A mai trăit încă 45 de ani în care a călătorit pe tot întinsul Indiei de nord, învăţându-i şi pe alţii ceea ce a descoperit el. Compasiunea şi răbdarea lui au devenit legendare şi a avut mii de adepţi. În cel de-al optzecilea an al vieţii, bătrân şi bolnav, dar încă demn şi senin, şi-a încheiat viaţa.

ÎNTREBARE: Nu a fost un lucru iresponsabil din partea lui Buddha să-şi părăsească soţia şi copilul?

RĂSPUNS: În mod sigur nu a fost uşor pentru Buddha să-şi părăsească familia. El trebuie că s-a îngrijorat şi a ezitat mult înainte de a pleca. Dar a avut de ales între a se dedica pe sine familiei sau a se dedica întregii lumi. În cele din urmă, marea lui compasiune l-a făcut să se dăruiască întregii lumi, iar lumea întreagă încă mai beneficiază de sacrificiul lui. Acesta nu a fost un lucru iresponsabil; a fost probabil cel mai semnificativ sacrificiu care a fost făcut vreodată.

ÎNTREBARE: Dacă Buddha este mort, cum ne poate ajuta?

RĂSPUNS: Faraday, care a descoperit electricitatea, este mort, dar ceea ce a descoperit el încă ne ajută. Şi Luis Pasteur, care a descoperit leacul atâtor de multe boli, este mort, dar descoperirile sale medicale încă salvează vieţi. Leonardo da Vinci, care a creat multe capodopere, este şi el mort, dar ceea ce a creat încă ne mai umple inima de bucurie. Mari eroi sunt morţi de secole, dar atunci când citim despre faptele lor ne simţim îmboldiţi să acţionăm asemenea lor. Da, Buddha a murit, dar 2500 de ani ani târziu învăţăturile sale încă ajută oamenii, exemplul lui încă îi inspiră, iar cuvintele lui schimbă vieţi. Numai un Buddha poate avea o asemenea putere la mii de ani după moarte.

ÎNTREBARE: A fost Buddha un zeu?

RĂSPUNS: Nu, nu a fost. Nu a pretins niciodată că ar fi un zeu, fiului vreunui zeu, nici măcar mesagerul unui zeu. El a fost o fiinţă umană care s-a perfecţionat pe sine însuşi şi ne-a învăţat că dacă vom urma exemplul lui ne vom putea perfecţiona şi noi.

ÎNTREBARE: Dacă Buddha nu este un zeu, de ce îl venerează oamenii?

RĂSPUNS: Există diverse tipuri de veneraţie. Când cineva venerează un zeu, acea persoană se roagă la zeul respectiv, îi aduce jertfe şi îi cere favoruri, crezând că zeul va asculta ruga, va primi jertfa şi va răspunde rugăciunilor. Buddhiştii nu practică acest fel de veneraţie. Alt tip de veneraţie este atunci când ne arătăm respectul faţă de ceva sau de cineva pe care îl admirăm. Atunci când un profesor intră în sală ne ridicăm în picioare, când întâlnim un demnitar îi strângem mâna, când este cântat imnul naţional, salutăm. Toate acestea sunt gesturi de respect şi de veneraţie, care arată admiraţia noastră faţă de o persoană specifică sau faţă de un anumit lucru. Acesta este tipul de veneraţie practicat de buddhişti.

ÎNTREBARE: Dar am auzit pe alţii spunând că buddhiştii venerează idoli.

RĂSPUNS: O astfel de afirmaţie nu face decât să arate înţelegerea greşită a celui care a făcut-o. În orice dicţionar cuvântul idol înseamnă „o imagine sau o sculptură venerată ca şi cum ar fi un zeu”. După cum am văzut, buddhiştii nu cred că Buddha a fost un zeu, astfel cum ar putea ei crede că o bucată de lemn sau de metal este un zeu? Toate religiile folosesc simboluri pentru a reprezenta diferitele lor credinţe. În taoism, diagrama yin-yang este folosită pentru a simboliza armonia dintre elementele opuse. În religia sikh, sabia simbolizează lupta spirituală. În creştinism peştele simbolizează prezenţa lui Hristos, iar crucea reprezintă sacrificiul lui. În buddhism, statuia lui Buddha ne aduce aminte de dimensiunea umană a învăţăturii buddhiste, de faptul că buddhismul este orientat către om şi nu către zeităţi, că trebuie să căutăm în interior pentru a găsi perfecţiunea şi înţelegerea, nu în exterior. Deci a spune că buddhiştii venerează idoli este la fel de absurd ca şi când ai spune că în creştinism sunt veneraţi peştii sau formele geometrice.

ÎNTREBARE: De ce oamenii fac tot felul de lucruri ciudate în templele buddhiste?

RĂSPUNS: Multe lucruri ni se par ciudate atunci când nu le înţelegem. Decât să declarăm unele lucruri ca fiind ciudate, mai bine am încerca să aflăm înţelesul lor. În orice caz, este adevărat că unele din lucrurile pe care buddhiştii le fac îşi au originea în superstiţiile populare şi în înţelegerea greşită, mai degrabă decât în învăţăturile lui Buddha. Şi astfel de înţelegeri greşite există nu numai în buddhism, ci pot pătrunde în oricare altă religie, din când în când. Buddha şi-a expus învăţăturile în mod clar şi în detaliu, iar dacă unii oameni nu au înţeles corect, el nu poate fi blamat pentru asta. Există o zicală în scripturile buddhiste:

> Dacă o persoană suferă de o boală și nu caută tratament atunci când are un doctor în apropiere, nu este vina doctorului că persoana nu este vindecată. La fel, dacă o persoană este chinuită și oprimată de impuritățile mentale, dar nu caută ajutorului unui Buddha, atunci Buddha nu are nicio vină.
>
> (Jn. 28-9)

Nici buddhismul, nici o altă religie nu ar trebuie judecate după cei care nu o practică corect. Cine doreşte să cunoască adevăratele învăţături ale buddhismului trebuie să citească cuvintele lui Buddha sau să vorbească cu cei care le înţeleg în mod corect.

ÎNTREBARE: Există în buddhism un echivalent al Crăciunului?

RĂSPUNS: Conform tradiţiei, prinţul Siddhattha s-a născut, a devenit Buddha şi a murit în noaptea cu lună plină din Vesakha, a doua lună a calendarului indian care corespunde lunilor aprilie-mai ale calendarelor vestice. În acea zi, buddhiştii din toată lumea sărbătoresc aceste evenimente participând la diverse ceremonii sau petrecându-şi ziua în meditaţie.

ÎNTREBARE: Dacă buddhismul este atât de bun, de ce unele ţări buddhiste sunt atât de sărace?

RĂSPUNS: Dacă prin sărăcie se înţelege sărăcia economică, atunci e adevărat că unele ţări buddhiste sunt sărace. Dar dacă prin sărăcie se înţelege o slabă calitate a vieţii, atunci probabil că unele ţări buddhiste sunt deosebit de bogate. America de exemplu, este o ţară bogată din punct de vedere economic şi foarte puternică, dar rata criminalităţii este printre cele mai mari din lume, milioane de bătrâni sunt neglijaţi de către copiii lor şi mor în singurătate în aziluri, violenţa casnică, abuzurile asupra copiilor, dependenţa de droguri sunt probleme majore, iar una din trei căsătorii se termină prin divorţ. Sunt bogaţi în termeni financiari dar săraci în ceea ce priveşte calitatea vieţii. Acum, dacă veţi privi la unele ţări buddhiste veţi vedea o situaţie foarte diferită. Părinţii sunt onoraţi şi respectaţi de către copiii lor, ratele criminalităţii sunt relativ mici, divorţurile şi sinuciderile sunt rare, iar valorile tradiţionale, cum ar fi bunătatea, generozitatea, ospitalitatea faţă de străini, toleranţa, respectul faţă de ceilalţi sunt încă puternice. Sunt ceva mai înapoiaţi din punct de vedere economic, dar cu o calitate a vieţii mai înaltă decât într-o ţară ca America. Dar chiar dacă judecăm ţările buddhiste doar din punct de vedere economic, una dintre ţările cele mai bogate, cu una din cele mai dinamice economii din lume este Japonia, în care un procent important din populaţie se declară ca fiind buddhişti.

ÎNTREBARE: De ce nu se aude foarte des de activităţi de caritate făcute de buddhişti?

RĂSPUNS: Probabil din cauză că buddhiştii nu simt nevoia să anunţe despre binele pe care îl fac. Acum câţiva ani, un conducător spiritual buddhist din Japonia a primit Premiul Templeton pentru munca lui legată de promovarea armoniei inter-religioase. La fel, un călugăr din Tailanda a primit prestigiosul premiu Magsaysay pentru munca lui cu dependenţii de droguri. Unui alt călugăr tailandez, Ven. Kantayapiwat i s-a decernat Premiul pentru Pace al Copiilor Norvegieni, pentru cei foarte mulţi ani pe care i-a petrecut ajutând copiii fără adăpost din zonele rurale. Şi ce să mai spunem despre munca socială făcută pe scară largă printre săracii din India de către Ordinul Buddhiştilor din Vest? Ei au construit şcoli, centre pentru copii, dispensare, mici industrii pentru auto-întreţinere. Buddhiştii văd ajutorul oferit altora ca o expresie a practicii lor religioase, la fel ca şi celelalte religii, dar ei cred că acest lucru trebuie făcut în linişte şi fără campanii de publicitate.

ÎNTREBARE: De ce există atât de multe feluri de buddhism?

RĂSPUNS: Există şi foarte multe feluri de zahăr – brun, alb, candel, sirop, vată de zahăr etc., dar zahărul e conţinut în toate aceste forme şi toate au gust dulce. Este produs în diferite forme pentru a putea fi utilizat în diferite moduri. La fel e şi cu buddhismul – există Thervada, Zen, Buddhismul Tărâmului Pur, Yogacara, Vajrayana etc., dar toate au acelaşi gust – gustul libertăţii. Buddhismul a evoluat în diferite forme pentru a putea fi relevant diferitelor culturi în care a existat. A fost reinterpretat de-a lungul secolelor, astfel încât să poată fi relevant fiecărei noi generaţii. În exterior toate aceste tipuri de buddhism pot părea foarte diferite, dar în miezul fiecărei tradiţii există Cele Patru Adevăruri Nobile şi Nobila Cale Octuplă. Toate religiile importante, inclusiv buddhismul, s-au separat în diferite şcoli şi tradiţii. Diferenţa dintre buddhism şi multe din celelalte religii este că fiecare şcoală a buddhismului a fost întotdeauna foarte tolerantă şi prietenoasă faţă de celelalte.

ÎNTREBARE: Cu siguranţă aveţi o părere foarte bună despre buddhism. Socotiţi că buddhismul este singura religie adevărată şi că toate celelalte sunt false?

RĂSPUNS: Niciun buddhist care înţelege învăţăturile lui Buddha nu crede că celelalte religii sunt greşite. Nicio persoană care a făcut cu adevărat efortul de a examina alte religii cu o minte deschisă nu ar putea spune altfel. Primul lucru pe care îl observi atunci când studiezi diferitele religii este cât de multe au în comun. Toate religiile sunt de acord că actuala stare a omenirii este nesatisfăcătoare. Toate cred că o schimbare de atitudine şi de comportament este necesară pentru ca situaţia omenirii să se îmbunătăţească. Toate predică o etică care include dragostea, blândeţea, răbdarea, generozitatea şi responsabilitatea socială şi toate acceptă existenţa unei anume forme de Absolut. Ele folosesc diferite limbi, diferite nume şi simboluri pentru a explica aceste lucruri. Numai atunci când oamenii se agaţă, cu o minte îngustă, de modul lor particular de a vedea lucrurile, răsare intoleranţa, mândria şi sentimentul de auto-corectitudine.

Imaginaţi-vă un englez, un francez, un chinez şi un indonezian, uitându-se toţi la o cană. Englezul spune: „Este o cup”. Francezul răspunde: „Nu, nu este — este o tasse.” Apoi chinezul comentează: „Amândoi vă înşelaţi. Este

o pei.” În cele din urmă indonezianul râde la ceilalţi şi spune: „Ce neştiutori sunteţi! Este cawan.” Apoi englezul ia un dicţionar şi îl arată celorlalţi spunând: „Vă pot dovedi că este o cup. Dicţionarul meu spune aşa.” „Atunci dicţionarul tău e greşit”, spune francezul, „pentru că dicţionarul meu spune clar că este o tasse.” Şi cinezul, la rândul său: „Dicţionarul meu spune că e o pei, iar dicţionarul meu e cu mii de ani mai vechi decât al vostru, deci aşa e corect. Şi pe lângă asta, mai mulţi oameni vorbesc chineza decât oricare altă limbă, aşa că în mod sigur este o pei.” În timp ce ei se ceartă şi argumentează unul către celălalt, un alt om apare, bea din cană şi le spune celorlalţi: „Oricum i-aţi spune, cană, cup, tasse, pei sau cawan, scopul ei este să conţină apă, astfel încât să poată fi băută. Opriţi-vă din ceartă şi beţi, nu mai argumentaţi şi potoliţi-vă setea.” Aceasta este atitudinea buddhistă faţă de alte religii.

ÎNTREBARE: Unii oameni spun: „Toate religiile sunt de fapt la fel, acelaşi lucru”. Sunteţi de acord cu ei?

RĂSPUNS: Religia este un fenomen mult prea complex pentru a fi înglobat într-o afirmaţie simplă ca aceasta. Un buddhist ar putea spune că această afirmaţie conţine şi elemente de falsitate, şi de adevăr. Buddhismul ne învaţă că nu există un dumnezeu, în timp ce creştinii susţin că există. Cred că aceasta este o diferenţă destul de importantă. În orice caz, unul dintre cele mai frumoase pasaje din biblie spune:

> Dacă vorbesc limba oamenilor și a îngerilor, dar nu am iubire, atunci sunt doar dangătul unui clopot zgomotos. Dacă am darul profeției și pot înțelege toate misterele și toată cunoașterea, și dacă am credința atât de puternică încât pot mișca munții, dar nu am iubire, atunci nu sunt nimic. Dacă dăruiesc toată avuția mea săracilor și chiar dacă îmi ofer corpul flăcărilor, dar nu am iubire, atunci nu am câștigat nimic. Dragostea este răbdătoare, dragostea este blândă. Ea nu invidiază, nu se laudă, nu se mândrește. Ea nu se poartă necuviincios, nu e egoistă, nu se mânie ușor și nu ține minte greșelile făcute. Dragostea nu se lasă încântată de rău, ci se bucură în adevăr. Totdeauna ea protejează, totdeauna are încredere, totdeauna perseverează.

(I Cor. 13-7)

Aceasta este exact ceea ce predică şi buddhismul – şi anume că a inimii noastre calitate este mai importantă decât orice puteri supranaturale pe care le-am putea avea, decât abilităţile de a prevedea viitorul, decât puterea credinţei sau decât orice gest extravagant pe care l-am putea face. Deci atunci când e vorba de conceptele şi teoriile teologice, buddhismul şi creştinismul sunt cu siguranţă diferite. Dar când e vorba de calităţile inimii, etică şi comportament, ele sunt foarte asemănătoare.

ÎNTREBARE: Este buddhismul ştiinţific?

RĂSPUNS: Înainte de a răspunde acestei întrebări, cel mai bine este să definim cuvântul „ştiinţă". Conform dicţionarului, ştiinţa este „cunoaşterea care poate fi transpusă într-un sistem, care depinde de observarea şi testarea faptelor şi de stabilirea de legi naturale generale; o ramură a acestei cunoaşteri; orice lucru care poate fi studiat cu exactitate". Există aspecte ale buddhismului care nu se încadrează în această definiţie, dar învăţăturile centrale ale buddhismului, cele Patru Adevăruri Nobile, cu siguranţă se încadrează. Suferinţa, Primul Adevăr Nobil, este o experienţă care poate fi definită, experimentată şi măsurată. Al Doilea Adevăr Nobil stabileşte că suferinţa are o cauză naturală, şi anume lăcomia, setea, pofta, care şi acestea pot fi definite, experimentate şi măsurate. Nu este făcută nicio încercare de a explica suferinţa în termenii conceptelor metafizice sau ai miturilor. Conform celui de-al Treilea Adevăr Nobil, suferinţa este eliminată nu bazându-ne pe o fiinţă supremă, prin credinţă sau rugăciuni, ci în mod simplu, eliminând cauza ei. Acest lucru este axiomatic. Al Patrulea Adevăr Nobil, modul practic de a pune capăt suferinţei, nu are nici el nimic de-a face cu metafizica, ci depinde de un comportament specific. Iar comportamentul este şi el deschis testării. Buddhismul se lipseşte de conceptul unei fiinţe supreme, aşa cum face şi ştiinţa, şi explică originile şi funcţionarea universului în termenii legilor naturale. Toate acestea arată, fără îndoială, un spirit ştiinţific. Dar încă o dată trebuie să subliniem că sfatul permanent al lui Buddha, şi anume de a nu crede orbeşte, ci a ne pune întrebări, a examina şi a cerceta, a ne baza doar pe experienţa proprie, cu siguranţă are un caracter ştiinţific. În renumita Kalama Sutta Buddha spune:

> Nu vă luați după revelații sau tradiție, nu vă luați după zvonuri sau după scripturile sfinte, nu vă luați după cele auzite sau după simpla logică, nu vă luați după simpatia față de o anumită noțiune sau după abilitățile arătate de altă persoană și nu mergeți după ideea că „El este învățătorul nostru”. Dar atunci când știți cu siguranță, pentru voi înșivă, că un anumit lucru este bun, că nu este de blamat, că este lăudat de către cei înțelepți, că atunci când este urmat și practicat conduce la fericire, atunci urmați acel lucru.
>
> (A. I, 188)

Deci putem spune că deşi buddhismul nu este în întregime ştiinţific, cu siguranţă el are o orientare ştiinţifică şi este mai ştiinţific decât multe alte religii. Este semnificativ şi faptul că Albert Einstein, cel mai mare om de ştiinţă al secolului XX, a spus despre buddhism:

> Religia viitorului va fi o religie cosmică. Ea ar trebui să treacă dincolo de un Dumnezeu personificat și să evite dogmele și teologia. Acoperind și naturalul și spiritualul, ea ar trebui să se bazeze pe un sentiment religios născut din experiența tuturor lucrurilor, naturale și spirituale, și dintr-o unitate plină de înțeles. Buddhismul corespunde acestei descrieri. Dacă există vreo religie care ar putea face față nevoilor științifice moderne, atunci buddhismul ar fi această religie.

ÎNTREBARE: Câteodată aud că învăţăturile lui Buddha sunt numite Calea de Mijloc. Ce semnifică acest termen?

RĂSPUNS: Buddha a dat Nobilei Căi Octuple pe care a descoperit-o şi un nume alternativ, majjhima patipada, care înseamnă Calea de Mijloc. Este un nume foarte important, pentru că sugerează că nu este de ajuns doar să urmăm Calea, ci că trebuie să o urmăm într-un anume fel. Oamenii pot deveni foarte rigizi atunci când este vorba despre regulile şi practicile religioase, putând ajunge chiar la fanatism. În buddhism regulile trebuie să fie urmate şi practica făcută într-un mod echilibrat şi rezonabil care evită

extremismul şi excesele. Anticii romani obişnuiau să spune: „Moderaţie în toate lucrurile”, iar buddhiştii sunt pe deplin de acord cu aceasta.

ÎNTREBARE: Am citit că buddhismul este doar un tip de hinduism. Este adevărat?

RĂSPUNS: Nu, nu este. Buddhismul şi hinduismul împărtăşesc multe idei etice, folosesc unii termeni comuni, cum ar fi cuvintele kamma, samadhi şi nirvana, şi ambele au apărut în India. Acest lucru i-a făcut pe unii să creadă că sunt la fel sau foarte similare. Dar dacă privim dincolo de asemănările superficiale, vedem că cele două religii sunt distincte. De exemplu, hinduşii cred într-un Zeu suprem, în timp ce buddhiştii nu au un astfel de concept. Una dintre învăţăturile centrale ale filozofiei sociale hinduse este ideea de castă, idee pe care buddhismul o respinge cu hotărâre. La fel, purificarea rituală este o practică importantă în hinduism, dar care nu-şi găseşte locul în buddhism. În scripturile buddhiste Buddha este deseori arătat criticând ceea ce brahmanii, preoţii hinduşi, predicau, iar aceştia, la rândul lor, criticau foarte mult unele dintre ideile lui Buddha. Toate acestea nu s-ar fi întâmplat dacă buddhismul şi hinduismul ar fi fost la fel.

ÎNTREBARE: Dar Buddha a copiat conceptul de kamma din hinduism, nu-i aşa?

RĂSPUNS: Hinduismul predică o doctrină a kammei şi de asemenea a reîncarnării. Dar aceste două concepte sunt foarte diferite în buddhism faţă de hinduism. De exemplu, hinduismul susţine că noi suntem determinaţi de către kamma noastră, în timp ce buddhismul spune că suntem doar condiţionaţi de ea. Conform hinduismului, un suflet etern, atman, trece dintr-o viaţă în următoarea, în timp ce buddhismul neagă existenţa unui astfel de suflet, spunând că mai degrabă ceea ce renaşte este un flux de energie mentală care se modifică permanent. Acestea sunt doar unele din cele foarte multe diferenţe care există între cele două religii, în legătură cu kamma şi cu renaşterea. În orice caz, chiar dacă învăţăturile buddhiste şi hinduse ar fi fost identice, asta nu ar fi însemnat neapărat că Buddha şi-a copiat ideile de la alţii, fără să gândească.

Uneori se întâmplă ca doi oameni să facă aceeaşi descoperire, independent unul faţă de celălalt. Un exemplu bun în acest sens este teoria evoluţiei. În 1858, chiar înainte de a-şi publica renumita carte, Originea Speciilor, Charles Darwin a descoperit că un alt om, Alfred Russel Wallace, a conceput ideea evoluţiei aşa cum a făcut şi el. Darwin şi Wallace nu şi-au copiat ideile unul de la celălalt, ci studiind aceleaşi fenomene au ajuns la aceeaşi concluzie despre ele. Deci chiar dacă ideile buddhiste şi hinduse despre kamma şi despre renaştere ar fi similare, cu toate că nu sunt, aceasta nu ar fi neapărat o dovadă că au fost copiate una după cealaltă. Adevărul este că prin înţelegerile şi pătrunderile pe care le-au dezvoltat în timpul meditaţiilor, înţelepţii hinduşi au obţinut unele idei vagi despre kamma şi despre renaştere, idei pe care mai târziu Buddha le-a explicat mai pe deplin şi cu mai multă acurateţe.

2. Concepte buddhiste de bază

Întrebare: Care sunt principalele învăţături ale lui Buddha?

Răspuns: Toate învăţăturile lui Buddha sunt centrate în jurul celor Patru Adevăruri Nobile tot aşa cum coroana şi spiţele unei roţi sunt centrate în jurul axului central. Ele sunt denumite „Nobile" pentru că ele înnobilează pe cel care le înţelege şi sunt denumite „Adevăruri" pentru că ele corespund realităţii obiective, sunt adevărate.

Întrebare: Care este Primul adevăr Nobil?

Răspuns: Primul Adevăr Nobil este acela că viaţa înseamnă suferinţă. A trăi înseamnă a suferi. Este imposibil să trăieşti fără să experimentezi un oarecare fel de durere sau nefericire. Trebuie să suportăm suferinţele fizice, cum ar fi boala, rănile, oboseala, bătrâneţea şi în cele din urmă moartea, la fel cum trebuie să suportăm şi suferinţele psihice, cum ar fi singurătatea, frustrările, teama, jena, dezamăgirea, mânia etc.

Întrebare: Nu este acest lucru cam pesimist?

Răspuns: Dicţionarul defineşte cuvântul pesimism ca „obiceiul de a gândi că orice s-ar întâmpla, va fi ceva rău", sau ca „credinţa că răul este mai puternic decât binele". Buddhismul nu ne învaţă niciuna din aceste idei. Nici nu neagă existenţa fericirii. El pur şi simplu spune că a trăi înseamnă a experimenta suferinţe fizice şi psihice, ceea ce este o afirmaţie atât de adevărată şi de evidentă încât nimeni nu o poate nega. Buddhismul începe cu o experienţă, un fapt de netăgăduit, un lucru pe care cu toţii îl cunoaştem, pe care toţi l-am experimentat şi toţi încercăm să-l evităm. Astfel, buddhismul începe prin a merge direct în miezul preocupărilor fiecărei fiinţe umane – şi anume suferinţa şi cum poate fi ea evitată.

Întrebare: Care este al Doilea Adevăr Nobil?

RĂSPUNS: Al Doilea Adevăr Nobil este acela că lăcomia, setea, poftele cauzează toată suferinţa. Atunci când ne uităm la suferinţele psihice este uşor să vedem cum ele sunt cauzate de această sete. Atunci când râvnim la ceva pe care nu-l putem obţine ne simţim dezamăgiţi şi frustraţi. Atunci când dorim ca cineva să trăiască conform aşteptărilor noastre şi acea persoană nu se conformează, ne simţim abandonaţi şi mânioşi. Atunci când vrem ca ceilalţi să ne placă, dar nu este aşa, ne simţim răniţi. Chiar dacă ne dorim un lucru şi suntem capabili să-l obţinem, acest lucru nu conduce deseori la fericire, din cauză că după puţin timp ne plictisim de acel lucru, ne pierdem interesul faţă de el şi începem să dorim altceva. Mai simplu, al Doilea Adevăr Nobil spune că a obţine ceea ce doreşti nu garantează fericirea. Decât să lupţi în permanenţă să obţii ceea ce vrei, mai degrabă încerci să-ţi modifici dorinţele. A dori în permanenţă ne privează de mulţumire şi fericire.

ÎNTREBARE: Dar în ce fel dorinţele şi lăcomia pot duce la suferinţe fizice?

RĂSPUNS: O viaţă întreagă de dorinţe şi pofte pentru tot felul de lucruri şi mai ales setea de a-ţi continua existenţa crează o energie puternică care face ca fiinţa să renască. Atunci când renaştem avem un corp şi, cum am mai spus, corpul poate fi rănit sau se poate îmbolnăvi, poate fi istovit de muncă, îmbătrâneşte şi moare. Astfel, lăcomia şi pofta conduc la suferinţe fizice din cauză că determină renaşterea.

ÎNTREBARE: Toate sunt foarte bune. Dar dacă ne oprim toate dorinţele, atunci nu vom mai obţine nimic şi nu vom mai realiza nimic.

RĂSPUNS: Este adevărat. Dar Buddha spune că doar atunci când dorinţele noastre, poftele, continua nemulţumire cu ceea ce avem şi setea continuă pentru mai mult şi mai mult ne cauzează suferinţă, trebuie să ne oprim din acea dorinţă. El ne cere să facem diferenţa între ceea ce avem nevoie şi ceea ce dorim, şi să ne străduim pentru nevoile noastre, modificându-ne dorinţele în acelaşi timp. El ne învaţă că nevoile noastre pot fi satisfăcute, dar dorinţele sunt nesfârşite – o prăpastie fără fund. Există nevoi care sunt esenţiale, fundamentale şi care pot fi satisfăcute, iar noi trebuie să acţionăm în acest sens. Dorinţele dincolo de acestea ar trebui treptat micşorate. Iar în fond, care este scopul vieţii? A deveni sau a fi mulţumit şi fericit.

ÎNTREBARE: Aţi vorbit despre renaştere, dar există vreo dovadă că un astfel de lucru este real?

RĂSPUNS: Există multe dovezi în acest sens, dar vom analiza renaşterea în detaliu într-un capitol ulterior.

ÎNTREBARE: Care este al Treilea Adevăr Nobil?

RĂSPUNS: Al Treilea Adevăr Nobil este că suferinţa poate fi depăşită şi fericirea atinsă. Probabil acesta este cel mai important dintre cele Patru Adevăruri Nobile, din cauză că prin acest Adevăr Buddha ne asigură că fericirea adevărată şi mulţumirea sunt posibile. Când renunţăm la lăcomiile şi poftele fără rost şi când învăţăm să trăim în prezent, zi după zi, bucurându-ne, eliberaţi de dorinţele necontenite, de tot ceea ce viaţa ne oferă, suportând cu răbdare problemele care apar în viaţă, fără teamă, fără ură sau mânie, atunci devenim fericiţi şi liberi. Atunci şi numai atunci devenim capabili să trăim deplin. Din cauză că nu mai suntem obsedaţi de satisfacerea dorinţelor egoiste, descoperim că avem o mulţime de timp pentru a-i ajuta şi pe ceilalţi cu nevoile lor. Această stare este Nirvana.

ÎNTREBARE: Ce sau unde este Nirvana?

RĂSPUNS: Este o dimensiune care transcende spaţiul şi timpul, iar din această cauză este dificil de vorbit sau chiar de gândit la aceasta, vorbele şi gândurile fiind potrivite doar pentru a descrie dimensiunea spaţiu-timp. Fiind dincolo de timp, nu există mişcare, nu există frecare, deci nu există îmbătrânire sau moarte. Astfel, Nirvana este eternă. Fiind dincolo de spaţiu, nu există relaţii cauzale, nu există limite, nici conceptele de sine şi non-sine, astfel Nirvana fiind infinită. De asemenea, Buddha ne asigură că Nirvana este o experienţă a unei mari fericiri. El a spus: „Nirvana este cea mai înaltă fericire” (Dp. 204).

ÎNTREBARE: Dar există vreo dovadă că o astfel de dimensiune există cu adevărat?

RĂSPUNS: Nu, nu există. Dar existenţa ei poate fi dedusă. Dacă există o dimensiune în care timpul şi spaţiul sunt operaţionale, iar o astfel de dimensiune există – este chiar lumea pe care o experimentăm – atunci putem spune că există şi o dimensiune în care timpul şi spaţiul nu sunt operaţionale – Nirvana. Chiar dacă nu putem dovedi că Nirvana există, avem cuvintele lui Buddha care susţine existenţa ei:

> Există un Non-născut, Non-devenit, Non-făcut, Non-compus. Dacă nu ar fi acest Non-născut, Non-devenit, Non-făcut, Non-compus, atunci nu ar putea exista nicio scăpare din ceea ce este născut, devenit, făcut și compus. Dar întrucât există acest Non-născut, Non-devenit, Non-făcut, Non-compus, există o eliberare din ceea ce este născut, devenit, făcut și compus.
>
> (Ud., 80)

Vom cunoaşte Nirvana atunci când o vom atinge. Până atunci, putem totuşi să ne continuăm practica.

ÎNTREBARE: Care este al Patrulea Adevăr Nobil?

RĂSPUNS: Al Patrulea Adevăr Nobil este Calea care duce la încetarea suferinţei. Această cale este numită Nobila Cale Octuplă şi are ca elemente Înţelegerea Corectă, Gândirea Corectă, Vorbirea Corectă, Acţiunea Corectă, Existenţa Corectă, Efortul Corect, Atenţia Corectă şi Concentrarea Corectă. Practica buddhistă constă în practicarea acestor opt lucruri până când ele devin complete. Veţi observa că paşii Nobilei Căi Octuple acoperă fiecare aspect al vieţii: intelectual, etic, social şi economic, psihic şi astfel conţinând tot ceea ce este necesar pentru ca o persoană să ducă o viaţă bună şi să se dezvolte din punct de vedere spiritual.

3. Buddhismul și ideea de Dumnezeu

Întrebare: Cred buddhiştii în Dumnezeu?

Răspuns: Nu, nu cred. Există mai multe motive pentru acest lucru. La fel ca sociologii şi psihologii moderni, Buddha a văzut că multe din ideile religioase, inclusiv ideea de Dumnezeu, îşi au originea în anxietate şi teamă. Buddha spune:

> Pătrunși de teamă, oamenii merg la munți sacri, crânguri sacre, copaci sacri și altare.
>
> (Dp., 188)

Oamenii primitivi se aflau într-o lume periculoasă şi ostilă, teama de animalele sălbatice, de a nu fi în stare să găsească destulă hrană, de răni sau boli, de fenomenele naturale cum ar fi tunetul, fulgerul şi vulcanii, era în permanenţă prezentă în ei. Neavând nicio securitate, ei au creat ideea de zei pentru a le oferi confort în zilele bune, curaj în caz de pericol şi consolare atunci când lucrurile mergeau prost. Chiar până în zilele noastre veţi observa că oamenii devin mai religioşi în timpuri de criză, îi veţi auzi spunând că credinţa în zeul sau în zeii lor le dă puterea necesară pentru a face faţă vieţii. Deseori ei susţin că cred într-un anume zeu pentru că s-au rugat la nevoie, iar rugăciunea le-a fost ascultată. Toate acestea sprijină învăţătura lui Buddha cum că ideea de Dumnezeu este un răspuns la teamă şi la frustrare. Buddha ne învaţă să încercăm să ne înţelegem temerile, să ne micşorăm dorinţele şi să acceptăm cu calm şi cu curaj lucrurile pe care nu le putem schimba. El înlocuieşte teama cu înţelegerea raţională şi nu cu o credinţă iraţională.

Al doilea motiv pentru care Buddha nu crede în vreun Dumnezeu este acela că nu prea există nicio dovadă care să sprijine această idee. Există numeroase religii, toate pretinzând că numai ele singure au cuvintele lui Dumnezeu păstrate în cărţile lor sfinte, că doar ele înţeleg natura lui Dumnezeu, că doar Dumnezeul lor există şi în niciun caz zeii celorlalte religii. Unii pretind că Dumnezeul lor e bărbat, alţii că e femeie, iar unii că este neutru. Toţi sunt mulţumiţi că există nenumărate dovezi pentru existenţa Dumnezeului lor şi iau în derâdere dovezile celorlalte religii. Este

surpinzător că în ciuda faptului că atât de multe religii, folosindu-şi ingeniozitatea de-a lungul atâtor secole, au căutat dovezi pentru existenţa Dumnezeului lor şi totuşi nu există nicio dovadă reală, concretă, substanţială sau de netăgăduit că o astfel de fiinţă ar exista. Buddhiştii se abţin de la orice comentariu până când o astfel de evidenţă va apărea.

Al treilea motiv pentru care Buddha nu crede într-un Dumnezeu este acela că el a simţit că o astfel de credinţă nu este necesară. Unii pretind că o credinţă în Dumnezeu este necesară pentru a explica originea universului. Dar ştiinţa a explicat foarte convingător cum a luat naştere universul, fără a introduce ideea de Dumnezeu. Alţii pretind că o credinţă e necesară pentru a avea o viaţă fericită şi plină de sens. Dar din nou putem vedea că acesta nu este un lucru neapărat necesar. Există milioane de atei şi liber-cugetători, fără a mai menţiona buddhiştii, care trăiesc vieţi folositoare, fericite şi pline de sens fără a crede în vreun zeu. Unii pretind că credinţa în puterea lui Dumnezeu este necesară pentru că oamenii, fiind slabi, nu au tăria de a se ajuta pe ei înşişi. Încă o dată, evidenţele indică contrariul. Deseori auzim de oameni care şi-au depăşit mari handicapuri, enorme dificultăţi şi lucruri potrivnice doar prin propriile resurse interioare, prin efortul propriu şi fără a crede într-un zeu. Unii pretind că Dumnezeu este necesar pentru a oferi mântuirea. Dar acest argument este valabil doar pentru aceia care acceptă conceptul teologic de mântuire, iar buddhiştii nu acceptă un astfel de concept. Bazându-se pe experienţa proprie, Buddha a văzut că fiecare om are capacitatea de a-şi purifica mintea, de a dezvolta o iubire şi o compasiune infinită şi de a avea o înţelegere perfectă. El a mutat atenţia de la ceruri la inima proprie şi ne-a încurajat să găsim soluţii la problemele noastre prin auto-înţelegere.

Întrebare: Dar dacă nu există zei, cum a apărut universul?

Răspuns: Toate religiile au mituri şi poveşti care încearcă să răspundă la acestă întrebare. În timpurile străvechi, aceste mituri erau adecvate, dar în secolul XXI, în era fizicii, a astronomiei şi a geologiei, aceste mituri au fost surclasate de adevărurile ştiinţifice. Ştiinţa a explicat originea universului fără a recurge la ideea de Dumnezeu.

Întrebare: Dar ce spune Buddha despre originea universului?

RĂSPUNS: Este interesant faptul că explicaţiile lui Buddha despre originea universului sunt foarte apropiate de vederile ştiinţifice. În Aganna Sutta, Buddha descrie universul ca fiind distrus şi apoi re-evoluând în forma prezentă pe durata a nenumărator milioane de ani. Conform părerii lui, viaţa a apărut pe suprafaţa apei şi din nou, timp de nenumărate milioane de ani, a evoluat de la organisme simple la organisme complexe. El spune că toate aceste procese, fără început sau sfârşit, sunt puse în mişcare de cauze naturale.

ÎNTREBARE: Spuneţi că nu există nicio dovadă a existenţei unui Dumnezeu, dar ce spuneţi despre miracole?

RĂSPUNS: Există mulţi oameni care cred că miracolele sunt o dovadă a existenţei lui Dumnezeu. Auzim cum oamenii pretind cu tărie că a avut loc o însănătoşire miraculoasă, dar se pare că niciodată nu există dovezi independente din partea spitalelor sau a doctorilor. Auzim mărturii „la mâna a doua" că cineva a fost salvat în mod miraculos de la dezastru, dar niciodată nu găsim un martor ocular la ceea ce s-a întâmplat. Auzim zvonuri că o rugăciune a îndreptat un copil bolnav sau un membru rupt, dar nu am văzut niciodată radiografii sau comentarii din partea doctorilor pentru a dovedi aceste zvonuri. Numai lucruri din auzite, rapoarte la mâna a doua etc. - acestea nu se pot substitui dovezilor solide, iar dovezile solide a miracolelor sunt foarte rare. În orice caz, lucruri neobişnuite sau neexplicate se întâmplă uneori. Dar incapacitatea noastră de a le explica nu dovedesc existenţa vreunui zeu. Ele dovedesc slăbiciunea cunoaşterii noastre, faptul că ea este încă incompletă. Înainte de dezvoltarea medicinei moderne, când oamenii nu ştiau ce anume provoacă boala, ei credeau că Dumnezeu a trimis-o drept pedeapsă. Acum ştim ce anume cauzează astfel de lucruri şi când suntem bolnavi, luăm medicamente. Atunci când cunoaşterea noastră va fi mai bogată, poate că vom descoperi cauzele fenomenelor neexplicate, aşa cum astăzi înţelegem ce anume cauzează bolile.

ÎNTREBARE: Dar atât de mulţi oameni cred într-o anume formă de Dumnezeu; trebuie să fie adevărat.

RĂSPUNS: Nu este aşa. Era o vreme când toată lumea credea că pământul este plat, dar ei toţi se înşelau. Numărul oamenilor care cred într-o idee nu este o măsură a adevărului sau a falsităţii ideii respective. Singurul mod în care putem spune dacă o idee este adevărată sau nu este să analizăm faptele şi să examinăm dovezile.

ÎNTREBARE: Dacă buddhiştii nu cred într-un Dumnezeu, în ce cred ei?

RĂSPUNS: Nu credem într-un Dumnezeu pentru că noi credem în umanitate. Credem că fiecare fiinţă umană este preţioasă şi importantă, că toţi au potenţialul de a se dezvolta într-un Buddha – o fiinţă umană perfectă. Credem că fiinţele umane pot să-şi depăşească ignoranţa şi iraţionalitatea şi să vadă lucrurile aşa cum sunt ele în realitate. Credem că ura, mânia, ciuda şi gelozia pot fi înlocuite de iubire, răbdare, generozitate şi blândeţe. Credem că toate acestea sunt la îndemâna fiecărei persoane, dacă aceasta ar face puţin efort, ghidată şi sprijinită de prietenii ei buddhişti şi inspirată de exemplul lui Buddha. Buddha a spus:

> Nimeni nu ne salvează, în afară de noi înșine,
>
> Nimeni nu poate face acest lucru în locul nostru.
>
> Noi înșine trebuie să mergem pe cale,
>
> Dar ființele Buddha ne arată calea în mod clar.
>
> (Dp. 165)

4. Cele cinci precepte

Întrebare: Celelalte religii îşi iau ideile de bine şi de rău din poruncile date de zeul sau zeii lor. Dacă buddhiştii nu cred într-un zeu, cum ştiu ei ce e bine şi ce e rău?

Răspuns: Orice gând, vorbă sau faptă care-şi are rădăcina în lăcomie, ură sau iluzie, îndepărtându-ne astfel de Nirvana, este rău, şi orice gând, vorbă sau faptă care-şi are rădăcina în dăruire, iubire şi înţelepciune, curăţând calea către Nirvana, este bun. Pentru a şti ce este bine şi ce este rău într-o religie centrată pe ideea de Dumnezeu, tot ce trebuie să faci este să te comporţi cum ţi se porunceşte. Într-o religie centrată pe umanitate, aşa cum e buddhismul, pentru a şti ce este bine şi ce este rău trebuie să-ţi dezvolţi înţelegerea şi conştienţa. Etica bazată pe înţelegere este totdeauna mai puternică decât cea care este doar un răspuns la o poruncă. Deci, pentru a şti ce este bine şi ce este rău, buddhiştii se uită la trei lucruri: intenţia din spatele faptei, efectul pe care fapta îl are asupra persoanei care o face şi efectul pe care fapta îl va avea asupra celorlalţi. Dacă intenţia este bună (provenind din generozitate, iubire şi înţelepciune), dacă mă ajută pe mine (mă ajută să devin mai darnic, mai iubitor şi mai înţelept) şi dacă îi ajută şi pe ceilalţi (îi ajută şi pe ei să devină mai darnici, mai iubitori şi mai înţelepţi), atunci faptele mele sunt sănătoase, morale şi bune. Bine înţeles că există multe combinări ale acestor factori. Câteodată acţionezi cu cele mai bune intenţii, dar se poate ca ori eu, ori ceilalţi să nu beneficieze de rezultatul lor. Uneori intenţiile pot să nu fie bune, dar faptele îi pot ajuta pe alţii. Uneori poţi acţiona cu intenţii bune, iar faptele pot fi bune pentru propria persoană, dar pot cauza suferinţă celorlalţi. În astfel de cazuri faptele sunt amestecate – un amestec de bine şi mai-puţin-bine. Atunci când intenţiile sunt rele, iar faptele nu ajută nici propria persoană, nici pe ceilalţi, acestea sunt fapte rele. Iar atunci când intenţia e bună, iar din fapte beneficiază şi propria persoană şi ceilalţi, atunci faptele sunt bune în totalitate.

Întrebare: Are buddhismul un cod moral?

RĂSPUNS: Da, are. Cele Cinci Precepte stau la baza moralităţii buddhiste. Primul precept este acela de a evita uciderea sau vătămarea oricărei fiinţe vii, al doilea este a evita furtul, al treilea este despre evitarea comportamentului sexual greşit, al patrulea este despre evitarea minciunii, iar al cincilea spune să evităm alcoolul şi alte droguri intoxicante.

ÎNTREBARE: Dar cu siguranţă este bine să ucizi uneori, cum ar fi uciderea insectelor care răspândesc boli sau pe cineva care încearcă să te omoare.

RĂSPUNS: Ar putea fi bine pentru tine, dar ce putem spune despre insecte, sau despre persoana care va fi omorâtă? Şi ele doresc să trăiască, la fel ca orice fiinţă vie. Atunci când te hotărăşti să ucizi o insectă, intenţia este probabil un amestec de îngrijorare faţă de propria persoană (bine) şi repulsie (rău). Din actul uciderii vei profita tu (bine), dar în mod evident nu va profita fiinţa ucisă (rău). Deci, câteodată poate fi necesar să ucizi, dar în niciun caz nu va fi o faptă în întregime bună.

ÎNTREBARE: Voi buddhiştii sunteţi prea preocupaţi de furnici şi alte insecte.

RĂSPUNS: Buddhiştii încearcă să dezvolte o compasiune nediscriminatorie şi atotcuprinzătoare. Noi vedem lumea ca pe un întreg în care fiecare lucru şi fiecare creatură are locul şi funcţia ei. Credem că înainte de a distruge sau a deranja echilibrul delicat al naturii trebuie să avem foarte mare grijă. Acolo unde accentul a fost pus pe exploatarea la maxim a naturii, pe obţinerea ultimului strop fără a pune nimic înapoi, pe cucerirea şi oprimarea naturii, aceasta s-a revoltat. Aerul a devenit otrăvit, râurile poluate şi moarte, numeroase animale au dispărut sau sunt pe cale de dispariţie, munţii s-au erodat. Chiar şi clima se schimbă. Dacă oamenii nu ar fi atât de grăbiţi să sfărâme, să distrugă şi să ucidă, această situaţie teribilă nu ar fi apărut. Trebuie să ne străduim către dezvoltarea unui respect mai mare pentru viaţă. Iar aceasta reprezintă lucrul despre care vorbeşte Primul Precept.

ÎNTREBARE: Ce părere au buddhiştii despre avort?

RĂSPUNS: Conform spuselor lui Buddha, viaţa începe chiar la momentul conceperii sau foarte curând după aceasta, deci avortul reprezintă un act de întrerupere a unei vieţi.

ÎNTREBARE: Dar dacă o femeie e violată sau dacă ştie că va naşte un copil diform, nu ar fi mai bună întreruperea sarcinii?

RĂSPUNS: Un copil conceput ca urmare unui viol are tot dreptul să trăiască şi să fie iubit ca oricare alt copil. El nu ar trebui ucis doar pentru faptul că tatăl lui a înfăptuit o crimă. A da naştere unui copil diform sau întârziat mental ar fi un şoc teribil pentru părinţi, dar dacă considerăm în regulă a avorta un astfel de fetus, de ce să nu ucidem copiii sau adulţii care sunt deja handicapaţi? Ar putea fi situaţii în care avortul ar fi alternativa cea mai umană, de exemplu pentru a salva viaţa mamei. Dar, să fim cinstiţi, majoritatea avorturilor sunt făcute din cauză că sarcina reprezintă un inconvenient, un lucru jenant sau pentru că părinţii vor să aibă un copil mai târziu. Pentru buddhişti acestea nu sunt motive suficient de serioase pentru a distruge o viaţă.

ÎNTREBARE: Dacă cineva se sinucide, înseamnă acest lucru o încălcare a primului precept?

RĂSPUNS: Când o persoană ucide o altă persoană, poate face acest lucru din cauza fricii, a mâniei, a furiei, lăcomiei sau a altei emoţii negative. Când o persoană se ucide pe ea însăşi, o poate face din motive similare sau din cauza altor emoţii negative, cum ar fi disperarea sau frustrarea. Deci, în timp ce crima este rezultatul emoţiilor negative îndreptate către o altă persoană, sinuciderea se datorează acestor emoţii negative îndreptate către propria persoană şi deci încalcă Primul Precept. Dar unui om care se gândeşte la sinucidere sau care a încercat să se sinucidă nu trebuie să i se spună că ceea ce face e greşit ci trebuie să i se ofere tot sprijinul şi înţelegerea noastră. Trebuie să-l facem să înţeleagă că sinuciderea reprezintă perpetuarea problemei, nu rezolvarea ei.

ÎNTREBARE: Spuneţi-mi despre al Doilea Precept.

RĂSPUNS: Atunci când respectăm acest precept ne angajăm să nu luăm nimic din ceea ce nu ne aparţine. Al Doilea Precept este despre restrângerea lăcomiei şi despre respectarea proprietăţii altora.

ÎNTREBARE: Al Treilea Precept spune că trebuie să evităm comportamentul sexual greşit. Ce este un comportament sexual greşit?

RĂSPUNS: Dacă folosim înşelăciunile, şantajul emoţional sau forţa pentru a obliga pe cineva să întreţină relaţii sexuale, atunci se poate spune că acesta este un comportament sexual greşit. Adulterul este de asemenea un comportament sexual greşit pentru că atunci când ne-am căsătorit am promis perechii noastre că îi vom fi credincioşi. Când comitem un adulter încălcăm această promisiune şi trădăm încrederea persoanei de lângă noi. Sexul ar trebui să fie o expresie a dragostei şi a intimităţii dintre doi oameni, iar când este aşa el contribuie la bunăstarea noastră mentală şi emoţională.

ÎNTREBARE: Este sexul înainte de căsătorie un tip de comportament sexual greşit?

RĂSPUNS: Nu este greşit dacă există dragoste şi un acord mutual între cei doi oameni implicaţi. Totuşi, nu trebuie să uităm că funcţia biologică a sexului este reproducerea, iar dacă o femeie necăsătorită rămâne însărcinată, poate avea parte de o mulţime de necazuri. Mulţi oameni maturi consideră că este mai bine să ne ocupăm de sex după căsătorie.

ÎNTREBARE: Ce părere au buddhiştii despre controlul naşterilor?

RĂSPUNS: Unele religii susţin că a face sex pentru oricare alt motiv în afară de procreare este imoral, iar astfel ele consideră orice formă de control al naşterilor ca fiind un lucru rău. Buddhismul recunoaşte că sexul are mai multe scopuri: procreare, recreare, o expresie a dragostei şi a afecţiunii dintre doi oameni etc. Astfel, el consideră că toate formele de control al naşterilor, cu excepţia avortului, sunt bune. De fapt buddhismul chiar spune că într-o lumea în care explozia demografică a devenit o problemă majoră, controlul naşterilor este o reală binecuvântare.

ÎNTREBARE: Dar ce se poate spune despre al Patrulea Precept? Este posibil să trăieşti fără a minţi?

RĂSPUNS: Dacă ar fi cu adevărat imposibil să-ţi găseşti drumul în societate sau să faci afaceri fără să minţi, atunci o astfel de stare a lucrurilor ar trebui cu siguranţă schimbată. Buddhiştii sunt persoane hotărâte să facă ceva practic despre această problemă încercând să fie cât mai sinceri şi cinstiţi.

ÎNTREBARE: Dacă ai sta într-un parc şi ai vedea un om îngrozit trecând pe lângă tine, iar după câteva momente ai vedea un alt om, înarmat cu un cuţit, care se îndreaptă spre tine şi întreabă dacă ai văzut încotro a luat-o primul om, ai spune adevărul sau ai minţi?

RĂSPUNS: Dacă aş avea un motiv suficient de bun pentru a crede că al doilea om vrea să-i cauzeze probleme serioase primului, atunci, ca oricare alt buddhist inteligent şi căruia îi pasă de semenii lui, nu aş avea nicio ezitare în a minţi. Am spus mai înainte că unul din factorii care determină dacă o faptă este bună sau rea este intenţia. Intenţia de a salva o viaţă este mult mai pozitivă decât abţinerea de la o minciună în astfel de circumstanţe. Dacă a minţi, a bea sau chiar a fura înseamnă că aş salva o viaţă, aş face aceste lucruri cu siguranţă. Totdeauna se pot găsi scuze pentru încălcare preceptelor, dar o viaţă pierdută nu se mai poate aduce înapoi. În orice caz, cum am mai spus, nu trebuie să luaţi acest exemplu drept un model de a încălca preceptele de câte ori vă convine. Preceptele ar trebui practicate cu multă grijă şi încălcate numai în cazuri extreme.

ÎNTREBARE: Al Cincilea Precept spune că nu ar trebui să bem alcool sau să consumăm alte droguri. De ce?

RĂSPUNS: Oamenii nu beau pentru gustul băuturii. Atunci când beau singuri este de obicei pentru a se elibera de tensiune, iar când beau în societate este de obicei pentru a se conforma, pentru a fi în rând cu ceilalţi. Chiar şi o cantitate mică de alcool distorsionează conştiinţa şi întrerupe vigilenţa şi atenţia proprie. În cantităţi mari, efectul alcoolului poate fi devastator. Buddhiştii spun că atunci când încalci al Cincilea Precept, le poţi încălca şi pe oricare din celelalte patru.

ÎNTREBARE: Dar a bea doar o cantitate foarte mică nu ar încălca cu adevărat preceptul, nu aşa? Este doar foarte puţin.

RĂSPUNS: Da, este foarte puţin, dar dacă nu poţi practica pentru acest lucru mărunt, atunci hotărârea şi determinarea ta nu este foarte puternică, nu-i aşa?

ÎNTREBARE: Este fumatul o încălcare a celui de-al Cincilea Precept?

RĂSPUNS: Fumatul are cu siguranţă un efect negativ asupra corpului, dar efectul lui asupra minţii este foarte mic. Un om poate fuma şi totuşi să fie vigilent, atent şi în deplină capacitate a facultăţilor sale, astfel încât deşi nu poate fi recomandat, fumatul nu încalcă al Cincilea Precept.

ÎNTREBARE: Cele cinci precepte au un sens negativ, ele spun ce să nu faci. Nu oferă nicio indicaţie pentru ce să faci.

RĂSPUNS: Cele Cinci Precepte constituie baza moralităţii buddhiste, dar nu reprezintă întregul ei. Începem prin a recunoaşte comportamentul nostru negativ şi ne străduim pentru a-l stopa sau a-l transforma. Pentru aceasta sunt cele Cinci Precepte. După ce ne-am oprit din a face rău, începem să facem binele. Să luăm drept exemplu al Patrulea Precept. Buddha spune că ar trebui să începem prin a ne abţine de la a spune minciuni. După aceea, ar trebui să rostim numai adevărul, să vorbim blând, politicos şi la timpul potrivit.

> Renunțând la vorbele false el devine un rostitor al adevărului, un om de nădejde, în care te poți încrede, pe care te poți baza, el nu înșeală pe nimeni. Renunțând la vorbele rele, el nu repetă aici ceea ce a auzit într-un alt loc, nici în alt loc ceea ce a auzit aici, pentru a cauza învrăjbire între oameni. El îi împacă pe cei care s-au despărțit și îi apropie și mai mult pe cei care sunt deja prieteni. Armonia este bucuria lui, el se delectează în armonie, armonia este iubirea lui, este motivul vorbirii lui. Renunțând la vorbele aspre, vorbirea lui este neprihănită,

plăcută auzului, agreabilă, merge direct la inimă, este rafinată, plăcută celor mai mulți. Renunțând la pălăvrăgeală, el vorbește la momentul potrivit, rostește ceea ce este corect, la obiect, despre Dhamma și despre disciplină. El rostește cuvinte demne de prețuit, cuvinte potrivite, rezonabile, clar definite și la obiect.

(M.I, 179)

5. Renașterea

Întrebare: De unde vin oamenii şi încotro se duc?

Răspuns: Există trei răspunsuri posibile la această întrebare. Acei care cred în Dumnezeu sau în alţi zei, de obicei pretind că înainte de a fi creaţi, oamenii nu există, ei iau fiinţă prin voinţa unui zeu. Ei îşi trăiesc vieţile, iar apoi, după ceea ce au făcut şi în ce au crezut în timpul vieţii lor, ei merg fie într-un paradis etern, fie într-un infern etern. Apoi mai sunt alţii, umaniştii şi oamenii de ştiinţă care susţin că indivizii iau fiinţă la concepţie, datorită cauzelor naturale, trăiesc, iar la momentul morţii încetează a mai exista. Buddhismul nu acceptă niciuna din aceste explicaţii. Prima dă naştere multor probleme etice. Dacă un Dumnezeu bun ne creează cu adevărat pe fiecare dintre noi, atunci este dificil de explicat de ce atât de mulţi oameni se nasc cu diformităţi îngrozitoare sau de ce atâţia copii sunt pierduţi chiar înainte de naştere sau se nasc morţi. O altă problemă cu explicaţia teistă este aceea că pare foarte nedrept ca o persoană să aibă parte de o suferinţă eternă în infern pentru ceea ce a făcut în doar 60 sau 70 de ani pe pământ. Şaptezeci de ani de necredinţă sau de viaţă imorală nu merită tortura veşnică. La fel, 70 de ani de viaţă virtuoasă pare a fi o investiţie foarte mică pentru extazul etern în paradis. A doua explicaţie este mai bună şi are mai multe dovezi ştiinţifice în sprijinul ei, dar totuşi lasă o mulţime de întrebări importante fără răspuns. Cum poate un fenomen uimitor de complex, şi anume conştiinţa umană, să se dezvolte din simpla unire dintre un spermatozoid şi un ovul, în doar nouă luni? Iar în zilele noastre, când parapsihologia este o ramură recunoscută a ştiinţei, fenomene ca telepatia sunt tot mai greu de potrivit în modelul materialist al minţii.

Buddhismul oferă cea mai satisfăcătoare explicaţie asupra locului din care vin oamenii şi unde se duc ei. Atunci când murim, mintea, cu toate tendinţele ei, preferinţele, abilităţile şi caracteristicile care au fost dezvoltate şi condiţionate în această viaţă, se reface ea însăşi într-un ovul fertilizat. Astfel individul creşte, renaşte şi îşi dezvoltă o personalitate condiţionată şi de caracteristicile mentale care au fost aduse din viaţa anterioară, şi de noul mediu. Personalitatea se va schimba şi va fi modificată de efortul conştient şi de factorii de condiţionare, cum ar fi educaţia, influenţa părinţilor şi a societăţii. Iar la moarte, din nou, se va

reinstala într-un nou ovul fertilizat. Acest proces al morţii şi al renaşterii va continua până în momentul în care condiţiile care l-au cauzat, adică lăcomia, poftele şi ignoranţa vor înceta. Când acestea încetează, în loc de a renaşte, mintea atinge o stare numită Nirvana, iar acesta este scopul ultim al buddhismul şi rostul vieţii în lume.

ÎNTREBARE: Cum ajunge mintea de la un corp la altul?

RĂSPUNS: Gândiţi-vă la undele radio. Undele radio, care nu sunt făcute din cuvinte sau muzică, ci din energie la diferite frecvenţe, sunt transmise, se mişcă prin spaţiu până când sunt atrase şi recepţionate de către receptor, care le transformă în cuvinte şi muzică. La fel e şi cu mintea. La momentul morţii, energia mentală se mişcă prin spaţiu, este atrasă şi recepţionată de un ovul fertilizat. Pe măsură ce embrionul creşte, ea se stabileşte în creier, unde este transformată în noua personalitate.

ÎNTREBARE: O persoană renaşte totdeauna ca fiinţă umană?

RĂSPUNS: Nu, există mai multe domenii, ţinuturi în care o persoană poate renaşte. Unii oameni renasc în paradis, alţii în infern, unii renasc ca spirite înfometate şi aşa mai departe. Paradisul nu este un anumit loc, ci mai mult o stare a existenţei în care persoana are un corp subtil şi în care mintea experimentează în principal doar plăcerea. Ca toate stările condiţionate, paradisul este impermanent şi când durata de viaţă s-a terminat, persoana poate renaşte din nou ca om. La fel, nici infernul nu este un loc anume, ci o stare a existenţei în care persoana are un corp subtil şi în care mintea experimentează în principal nefericirea şi suferinţa. A fi un spirit înfometat este tot o stare a fiinţei în care corpul este subtil, iar mintea este în mod continuu impregnată cu pofte şi insatisfacţie. Deci fiinţele din paradis experimentează în principal plăcerea, cele din infern şi spiritele înfometate experimentează în principal suferinţa, iar fiinţele umane experimentează de obicei un amestec al celor două. Principala diferenţă între domeniul uman şi celelalte ţinuturi este tipul corpului şi calitatea experienţei.

ÎNTREBARE: Ce anume decide unde va renaşte o persoană?

RĂSPUNS: Cel mai important factor, dar nu unicul, care influenţează locul în care renaştem şi ce fel de viaţă vom avea este kamma. Cuvântul kamma înseamnă „acţiune” şi se referă la acţiunile noastre mentale intenţionale. Cu alte cuvinte, ceea ce suntem acum este determinat într-o foarte mare măsură de ceea ce am gândit şi am înfăptuit în trecut. La fel, ceea ce gândim şi înfăptuim acum influenţează ceea ce vom fi în viitor. Oamenii blânzi, iubitori, au tendinţa de a renaşte într-un ţinut paradisiac sau ca fiinţe umane care au o predominanţă a experienţelor plăcute. Cei neliniştiţi, mereu îngrijoraţi sau extrem de cruzi au tendinţa de a renaşte într-un ţinut al infernului sau ca fiinţe umane care au o predominanţă e experienţelor neplăcute. Persoanele care-şi dezvoltă pofte obsesive, dorinţe de nestăpânit sau ambiţii arzătoare au tendinţa de a renaşte ca spirite înfometate sau ca fiinţe umane frustrate de năzuinţe şi dorinţe. Oricare ar fi obiceiurile mentale care sunt dezvoltate puternic în această viaţă, vor continua pur şi simplu în viaţa următoare.

ÎNTREBARE: Deci nu suntem complet determinaţi de kamma noastră, o putem schimba.

RĂSPUNS: Bine-nţeles că putem. Din acest motiv unul dintre paşii Nobilei Căi Octuple este Efortul Corect. Depinde de sinceritatea noastră, de cât de multă energie depunem şi de cât de puternice sunt obiceiurile noastre. Dar este adevărat că unii oameni pur şi simplu trec prin viaţă sub influenţa obiceiurilor trecute, fără a face niciun efort să le schimbe, căzând astfel victimă rezultatelor neplăcute. Astfel de oameni vor continua să sufere dacă nu-şi vor schimba obiceiurile negative. Cu cât durează mai mult o trăsătură negativă, cu atât mai greu este de schimbat. Buddhiştii înţeleg acest lucru şi profită de fiecare ocazie pentru a-şi întrerupe obiceiurile mentale care au rezultate negative şi pentru a-şi dezvolta acele obiceiuri care au rezultate plăcute. Meditaţia este una din tehnicile folosite pentru a modifica modelul obiceiurilor minţii, la fel ca şi vorbitul sau abţinerea de la vorbă, acţiunea sau reţinerea de la acţiona în anumite feluri. Întreaga viaţă buddhistă este un antrenament pentru purificarea şi eliberarea minţii. De exemplu, dacă a fi răbdător şi blând au fost o parte importantă a caracterului vostru în viaţa anterioară, astfel de tendinţe vor reapărea şi în viaţa prezentă. Dacă aceste trăsături sunt încurajate şi dezvoltate în viaţa prezentă ele vor reapărea chiar mai puternice şi mai pronunţate în viaţa viitoare. Aceste lucruri se bazează pe simplul fapt, care se poate şi observa, că obiceiurile vechi sunt foarte dificil de întrerupt.

Dacă eşti răbdător şi blând, probabil că nu vei fi uşor de scos din fire de către ceilalţi, nu porţi pică nimănui, oamenii te plac, iar astfel experienţele tale au tendinţa de a fi mai fericite. Să luăm un alt exemplu. Să presupunem că ai din viaţa anterioară tendinţa de a fi răbdător şi blând, datorită obiceiurilor mentale din acea viaţă. Dar în viaţa prezentă neglijezi aceste trăsături şi nu le dezvolţi în continuare. Astfel ele vor slăbi treptat şi vor dispărea, fiind complet absente în viaţa viitoare. Răbdarea şi blândeţea fiind slabe, există posibilitatea ca ori în această viaţă, ori în următoarea să se dezvolte un caracter iute, să apară şi să se dezvolte mânia, cruzimea, aducând cu ele toate experienţele neplăcute pe care astfel de atitudini le creează.

Să mai considerăm un ultim exemplu. Să presupunem că datorită obiceiurilor mentale din viaţa anterioară, ai apărut în viaţa prezentă cu un temperament iute şi mânios, dar realizezi că o astfel de atitudine cauzează doar neplăceri. Dacă măcar slăbeşti aceste trăsături, ele vor reapărea în viaţa viitoare, dar cu puţin efort ele ar putea fi eliminate complet şi astfel vei fi eliberat de efectele neplăcute.

ÎNTREBARE: Aţi vorbit o mulţime despre renaştere, dar există vreo dovadă că renaştem după moarte?

RĂSPUNS: Nu numai că există suport ştiinţific care sprijină punctul de vedere buddhist în legătură cu renaşterea, dar este şi singura teorie pentru care există dovezi. Nu există nici măcar cea mai mică dovadă care să ateste existenţa unui paradis etern şi nici pentru anihilarea totală după moarte. În timpul ultimilor 30 de ani parapsihologia a studiat rapoarte despre oameni care au amintiri vii despre vieţile anterioare. De exemplu, în Anglia, o fetiţă de 5 ani spune că îşi aduce aminte de „ceilalţi părinţi" şi a vorbit clar despre evenimente care păreau din viaţa altei persoane. Au fost chemaţi cercetători şi i-au pus sute de întrebări la care fetiţa a răspuns. A vorbit despre oraşul în care a locuit, care s-a dovedit a fi în Spania, a dat numele acelui oraş, a numit strada pe care a locuit, numele vecinilor şi detalii despre viaţa de zi cu zi. De asemenea a spus printre lacrimi cum a fost lovită de un camion şi a murit două zile mai târziu din cauza rănilor. Când toate aceste detalii au fost verificate s-a dovedit că erau adevărate. Exista în Spania oraşul cu acel nume şi exista o casă ca cea din descrierea la adresa dată. Mai mult, s-a dovedit că o femeie de 23 de ani care locuia acolo a fost omorâtă într-un accident de maşină cu 5 ani înainte. Cum a fost posibil ca o fetiţă din

Anglia, care nu a fost niciodată în Spania să cunoască atât de multe detalii? Şi bine înţeles, acesta nu este singurul caz. Profesorul Ian Stevenson de la departamentul de Psihologie a Universităţii Virginia a descris o mulţime de cazuri similare în cărţile lui. El este un om de ştiinţă acreditat, iar cei 25 de ani de studiu al oamenilor care-şi amintesc de vieţile anterioare reprezintă o dovadă puternică a învăţăturii buddhiste despre renaştere. Pentru detalii puteţi vedea cartea Twenty Cases Suggestive of Reincarnation and Cases of Reincarnation Type, University Press of Virginia, Charlotteville, 1975.

Întrebare: Unii oameni ar putea spune că presupusa abilitate de a-ţi aminti vieţile anterioare este lucrarea diavolului.

Răspuns: Nu poţi pur şi simplu să respingi tot ceea ce nu se potriveşte credinţelor tale ca fiind lucrarea diavolului. Atunci când faptele reale sprijină o idee trebuie să foloseşti argumente raţionale şi logice pentru a le combate, nu vorbe neraţionale şi superstiţioase despre diavoli.

Întrebare: Nu se poate spune şi despre renaştere că e tot o superstiţie?

Răspuns: Dicţionarul defineşte superstiţia ca fiind „o credinţă care nu este bazată pe raţiune sau pe fapte reale ci pe o asociaţie de idei, ca în magie”. Dacă îmi puteţi arăta un studiu îngrijit despre existenţa diavolilor, scris de un om de ştiinţă, atunci voi fi de acord că a crede în diavoli nu e o superstiţie. Dar nu am auzit de nicio cercetare legată de existenţa diavolilor, oamenii de ştiinţă nici măcar nu se deranjează să studieze astfel de lucruri, deci eu spun că nu există nicio dovadă despre existenţa diavolilor. Dar, după cum am văzut mai înainte, există o mulţime de evidenţe care arată că renaşterea are loc. Dacă această credinţă în renaştere este bazată cel puţin pe câteva fapte reale, atunci ea nu poate fi o superstiţie.

Întrebare: A existat vreun om de ştiinţă care să creadă în renaştere?

Răspuns: Da. Thomas Huxley, care a fost răspunzător pentru introducerea ştiinţelor în sistemul şcolar în secolul al XIX-lea şi care a fost primul om de ştiinţă care a apărat teoria lui Darwin, a crezut că reîncarnarea este o idee

foarte plauzibilă. În renumita lui carte, Evoluție, Etică și alte Eseuri, el spune:

> În doctrina transmigrației, oricare ar fi originea ei, speculațiile brahmanice și buddhiste au descoperit, foarte la îndemână, mijloacele de a construi o justificare plauzibilă a căilor Cosmosului până la om... Iar aceste argumente nu sunt mai puțin plauzibilă decât altele; și doar gânditorii foarte grăbiți și repeziți o vor respinge din start ca fiind inerent absurdă. Ca însăși doctrina evoluției, și cea a transmigrației își are rădăcinile în lumea reală, și în mod similar, aceasta din urmă poate fi fundamentată pe argumente de același fel cu cele oferite în susținerea doctrinei din analogie.

Profesorul Gustaf Strombeg, faimosul astronom suedez, fizician şi prieten al lui Einstein, consideră şi el ideea de renaştere ca fiind atrăgătoare.

> Părerile diferă în ceea ce privește faptul că sufletele se pot reîncarna pe pământ sau nu. În 1936 un foarte interesant caz a fost cercetat în amănunțime și raportat de către autoritățile guvernului din India. O fată indiană (Shanti Devi din Delhi) putea descrie cu acuratețe viața ei anterioară (la Muttra, la cinci sute de mile depărtare de Delhi), care s-a sfârșit cam cu un an înainte de „a doua naștere” e ei. Ea a dat numele soțului și copilului ei, a descris lumea lor și istoria familiei. Comisia de investigare a adus-o în fața fostelor rude care au verificat afirmațiile ei. Printre oamenii din India reîncarnarea este privită ca un lucru obișnuit; lucrul uimitor pentru ei era în acest caz multitudinea detaliilor pe care fata și le reamintea. Acest caz și multe alte cazuri similare pot fi privite ca o dovadă în plus pentru teoria indestructibilității memoriei.

Profesorul Julian Huxley, distinsul om de ştiinţă britanic care a fost şi director general al UNESCO credea că renaşterea se află în bună armonie cu gândirea ştiinţifică.

> Nu există nimic împotriva unei individualități-spirit supra-viețuitoare care este transmisă într-un mod oarecare la momentul morții, la fel cum un mesaj wireless este

> transmis de un aparat care funcționează într-un anume mod. Dar trebuie reținut faptul că mesajul wireless devine cu adevărat un mesaj numai atunci când vine în contact cu o nouă structură materială – receptorul. Acea individualitate-spirit nu ar putea gândi sau simți dacă nu ar fi din nou „încorporată" cumva. Personalitățile noastre sunt atât de bazate pe corp încât este cu adevărat imposibil să te gândești la supraviețuire, care să fie într-adevăr personală, fără să fie implicat și un corp... M-aș putea gândi la ceva care este transmis în momentul morții și care să aibă aceeași relație cu oamenii la fel ca cea pe care mesajul wireless o are cu aparatul care-l transmite; dar în acest caz „mortul" nu ar fi, așa cum poate observa toată lumea, decât o mulțime de perturbații cu tipare diferite călătorind prin univers până când ar reveni în actualul conștiinței luând contact cu ceva care ar putea funcționa ca un aparat receptor pentru minte.

Chiar şi oamenii foarte practici şi cu picioarele pe pământ, cum ar fi marele industriaş american Henry Ford, găsesc ideea de renaştere acceptabilă. Ford era atras de această idee pentru că îi oferea o a doua şansă pentru dezvoltarea personală. El spunea:

> Am adoptat teoria reîncarnării când aveam 26 de ani... Religia nu mi-a oferit nimic până atunci... Nici chiar munca nu-mi dădea o satisfacție completă. Munca nu are niciun rost dacă nu putem folosi experiența acumulată într-o viață, pentru viața viitoare. Când am descoperit reîncarnarea a fost ca și cum aș fi descoperit un plan universal. Am realizat că există o șansă pentru a lucra la ideile mele. Timpul nu mai era o limită, nu mai eram ca un sclav care lucrează în port. Geniul este experiența. Unii par să creadă că este un dar, sau un talent, dar el este fructul unei lungi experiențe de-a lungul a mai multor vieți. Unele suflete sunt mai vechi decât altele, astfel încât ele știu mai multe. Descoperirea reîncarnării mi-a luat o piatră de pe inimă. Dacă păstrezi o înregistrare a acestei conversații, scrie-o pe hârtie pentru a liniști și

> mințile altor oameni. Este ca și cum ai comunica altora calmul pe care această vedere de ansamblu asupra vieții ne-o oferă.

Astfel, învăţăturile buddhiste despre renaştere au o oarecare bază ştiinţifică, sunt consistente din punct de vedere logic şi răspund la unele întrebări importante despre destinul uman. Sunt de asemenea şi foarte liniştitoare. După spusele lui Buddha, dacă nu ai putut atinge Nirvana în această viaţă, ai ocazia să încerci din nou în viaţa următoare. Dacă ai făcut greşeli în această viaţă, vei fi capabil să le corectezi în următoarea. Poţi cu adevărat învăţa din greşelile tale. Lucrurile pe care nu ai putut să le faci sau să le obţii în această viaţă pot deveni posibile în următoarea viaţă. Este într-adevăr o învăţătură minunată!

ÎNTREBARE: Toate acestea sunt satisfăcătoare din punct de vedere intelectual, dar trebuie să recunosc că încă mai sunt sceptic.

RĂSPUNS: Este în regulă. Buddhismul nu este tipul de religie în care trebuie să te înscrii şi să te obligi să crezi tot ceea ce ea predică. Ce rost ar avea să te forţezi să crezi în lucruri în care pur şi simplu nu poţi crede? Poţi totuşi practica acele lucruri pe care le consideri de ajutor, să accepţi acele idei pe care le înţelegi şi să profiţi de ele fără a crede în renaştere. Şi cine ştie, poate până la urmă vei putea vedea şi adevărul renaşterii.

6. Meditația

Întrebare: Ce este meditaţia?

Răspuns: Meditaţia este un efort conştient de a schimba modul în care funcţionează mintea. Cuvântul în limba pāli pentru meditaţie este bhavana, care înseamnă „a deveni” sau „a dezvolta, a face să crească”

Întrebare: Este meditaţia importantă?

Răspuns: Da, este. Nu contează cât de mult ne dorim să fim buni, dacă nu putem schimba dorinţele care ne fac să acţionăm în modul în care o facem, schimbarea va fi foarte grea. De exemplu, un om poate realiza că nu are răbdare cu soţia lui şi îşi face lui însuşi o promisiune: „De acum înainte nu voi mai fi atât de nerăbdător”. Dar cu o oră mai târziu el se trezeşte strigând iar la soţia sa pur şi simplu din cauza faptului că, nefiind conştient de el însuşi, nerăbdarea a apărut iarăşi fără ca el să-şi dea seama. Meditaţia ajută la dezvoltarea acestei stări de conştienţă şi la dezvoltarea energiei necesare pentru transformarea şabloanelor mentale întipărite în minte.

Întrebare: Am auzit că meditaţia poate fi periculoasă. Este adevărat?

Răspuns: Pentru a trăi avem nevoie de sare. Dar dacă ai mânca un kilogram de sare dintr-o dată, probabil că asta te-ar omorî. Pentru a-ţi desfăşura activitatea în lumea modernă ai nevoie de o maşină, dar dacă nu respecţi regulile de circulaţie sau dacă conduci beat, atunci maşina se dovedeşte a fi periculoasă. Şi meditaţia este la fel; ea e esenţială pentru propria sănătate şi bunăstare mentală, dar dacă o practici greşit ar putea cauza probleme. Unii oameni au diferite probleme, cum ar fi depresia, teama iraţională sau schizofrenia. Aceştia pot gândi că meditaţia reprezintă o vindecare imediată a bolilor lor, încep să mediteze, dar câteodată problemele lor se înrăutăţesc. Cine are astfel de probleme ar trebui să caute ajutor profesionist şi să înceapă meditaţia numai după ce situaţia lor devine ceva mai bună. Unii oameni încearcă să sară etapele, ei încep meditaţia şi în loc de a merge

progresiv, pas cu pas, ei consumă prea multă energie meditând sau meditează perioade de timp prea lungi şi astfel în scurt timp ajung epuizaţi. Dar probabil cele mai mult probleme în ceea ce priveşte meditaţia le cauzează aşa-zisa „meditaţie a cangurului”. Unii oameni merg la un instructor şi meditează pentru o perioadă folosind tehnica acestuia. După o săptămână, un renumit învăţător vizitează oraşul şi ei se hotărăsc să încorporeze unele dintre ideile acestuia în practica lor. Astfel, nu după mult timp, ei sunt pe deplini derutaţi. Să sari ca un cangur de la un învăţător la altul, de la o tehnică de meditaţie la alta este un lucru profund greşit. Dar dacă nu ai nicio problemă mentală gravă şi dacă începi uşor şi continui progresiv meditaţia, acesta este unul dintre cele mai bune lucruri pe care le poţi face pentru propria persoană.

ÎNTREBARE: Câte tipuri de meditaţie sunt?

RĂSPUNS: Buddha ne-a arătat mai multe feluri de meditaţie, fiecare destinată pentru a depăşi o problemă particulară sau pentru a dezvolta o anume stare psihologică. Dar două din cele mai obişnuite şi mai folositoare tipuri de meditaţie sunt meditaţia prin concentrarea asupra respirării (Mindfulness of Breathing – Anapana Sati) şi meditaţia asupra blândeţii iubitoare (Loving Kindness Meditation – Metta Bhavana).

ÎNTREBARE: Dacă ar trebui să practic meditaţia prin concentrarea asupra respiraţiei, ce ar trebui să fac?

RĂSPUNS: Ar trebui să fii atent asupra următorilor paşi: locul, postura, practica şi problemele. Mai întâi ar trebui să găseşti un loc potrivit, cum ar fi o cameră care nu este prea zgomotoasă şi unde să nu fii deranjat. Apoi, trebuie să stai într-o postură comodă. Un mod bun de a sta este cu picioarele încrucişate, cu o pernă sub fund, cu spatele drept, cu mâinile în poală şi cu ochii închişi. Poţi sta şi pe un scaun, dar trebuie să fii atent ca spatele să fie drept. Apoi urmează practica în sine. Cum stai liniştit, cu ochii închişi, concentrează-ţi atenţia asupra mişcărilor de intrare şi de ieşire a aerului cauzate de respiraţie. Acest lucru poate fi făcut prin numărarea respiraţiilor sau prin observarea mişcărilor abdomenului în ritmul respiraţiei. Când faci acest lucru, anumite probleme şi dificultăţi vor apărea cu siguranţă. Poţi simţi mâncărimi care te irită sau un disconfort în zona

genunchilor. Dacă se întâmplă aşa, încearcă să păstrezi corpul relaxat fără a te mişca şi continuă să-ţi concentrezi atenţia asupra respiraţiei. Probabil că vei avea multe gânduri perturbatoare care-ţi vor apărea în minte şi-ţi vor distrage atenţia de la respiraţie. Singurul mod în care poţi trata aceste gânduri este să-ţi întorci, cu răbdare şi blândeţe, atenţia înapoi la respiraţie. Dacă vei continua în acest mod în cele din urmă gândurile perturbatoare vor slăbi, concentrarea va deveni mai puternică şi vei experimenta momente de un adânc calm mental şi pace interioară.

ÎNTREBARE: Cât timp ar trebui să meditez?

RĂSPUNS: Este bine să meditezi câte 15 minute în fiecare zi timp de o săptămână, iar apoi să prelungeşti această perioadă cu câte 5 minute în fiecare săptămână până când ajungi să meditezi 45 de minute. După câteva săptămâni de practică regulată, zilnică, vei începe să observi îmbunătăţirea concentrării.

ÎNTREBARE: Dar meditaţia asupra blândeţii iubitoare? Cum se practică aceasta?

RĂSPUNS: Odată ce te-ai familiarizat cu meditaţia prin concentrare asupra respiraţiei şi o practici în mod regulat, poţi începe practicarea meditaţiei asupra blândeţii iubitoare. Aceasta ar trebui practicată de 2 – 3 ori în fiecare săptămână, după meditaţia asupra respiraţiei. Mai întâi, îţi îndrepţi atenţia asupra propriei persoane şi îţi spui cuvinte de genul: „Fie ca eu să fiu bine şi fericit. Fie ca eu să fiu calm şi liniştit. Fie ca eu să fiu apărat de pericole. Fie ca mintea mea să fie eliberată de ură. Fie ca inima mea să fie plină de iubire. Fie ca eu să fiu bine şi fericit.”. Apoi, pe rând, te gândeşti la o persoană iubită, la o persoană neutră, adică la cineva care nici nu-ţi place, nici nu-ţi displace şi, în cele din urmă, la o persoană care nu-ţi place, dorindu-le la fiecare aceleaşi lucruri care le-ai spus şi pentru propria persoană.

ÎNTREBARE: Care ar fi beneficiul de a practica o astfel de meditaţie?

RĂSPUNS: Dacă practici meditaţia asupra blândeţii iubitoare în mod regulat şi cu atitudinea corectă, vei putea observa schimbările care au loc în interiorul tău. Vei descoperi că eşti mai capabil să te accepţi aşa cum eşti şi să fii mai iertător cu tine însuţi. Vei descoperi că sentimentele care le ai faţă de cei iubiţi vor creşte în intensitate. De asemenea, te vei împrieteni cu oameni care-ţi erau indiferenţi sau de care nu-ţi păsa şi resentimentele pe care le aveai faţă de unii oameni vor slăbi şi în cele din urmă vor dispărea. Câteodată, dacă ştii pe cineva care este bolnav, nefericit sau se confruntă cu diverse dificultăţi, îi poţi include şi pe ei în meditaţie şi deseori vei descoperi că situaţia lor se îmbunătăţeşte.

ÎNTREBARE: Cum este posibil acest lucru?

RĂSPUNS: Mintea, atunci când este dezvoltată în mod corect, este un instrument foarte puternic. Dacă putem învăţa cum să ne concentrăm energia mentală şi să o proiectăm asupra altora, ea poate avea un efect asupra lor. Poate că ai avut deja o experienţă asemănătoare. De exemplu, atunci când eşti într-un loc aglomerat şi simţi că cineva te priveşte. Te întorci şi vezi pe cineva cum se uită la tine. Ceea ce s-a întâmplat în acest caz este că ai recepţionat energia mentală a celeilalte persoane. La fel este şi meditaţia blândeţii-iubitoare. Ne proiectăm energia mentală pozitivă asupra altora, iar aceasta îi poate transforma treptat.

ÎNTREBARE: Mai există şi alte tipuri de meditaţie?

RĂSPUNS: Da. Ultimul şi poate cel mai important tip de meditaţie se numeşte vipassana. Acest cuvânt înseamnă „a vedea în interior" sau „a vedea adânc" şi se traduce de obicei prin meditaţie intuitivă sau pătrunzătoare.

ÎNTREBARE: Ce este meditaţia intuitivă?

RĂSPUNS: În timpul acestei meditaţii persoana încearcă doar să fie conştientă de ceea ce se petrece cu ea, fără a se gândi la acest lucru şi fără a reacţiona la diverşii stimuli interni sau externi.

ÎNTREBARE: Care este scopul acestui lucru?

RĂSPUNS: De obicei noi reacţionăm la experienţele noastre, fie prin sentimente de plăcere, fie neplăcere sau permiţându-le să declanşeze gânduri, amintiri sau vise cu ochii deschişi. Toate aceste reacţii distorsionează sau fac confuze experienţele noastre astfel încât dăm greş în a le înţelege în mod corect. Dezvoltând o stare de conştienţă non-reactivă începem să ne dăm seama de ce gândim, vorbim şi acţionăm în modul în care o facem. Şi bine înţeles că mai multă autocunoaştere poate avea un efect pozitiv asupra vieţilor noastre. Un alt avantaj al practicării meditaţiei intuitive este acela că după un anumit timp ea creează un interval între experienţele noastre şi noi înşine. Astfel, în loc de a reacţiona în mod automat şi inconştient la fiecare tentaţie sau provocare, descoperim că suntem capabili să ne îndepărtăm puţin de situaţie, iar aceasta ne permite să decidem dacă ar trebui să acţionăm sau nu şi în ce mod să acţionăm, dacă ne-am hotărât la a acţiona. În acest mod începem să avem mai mult control asupra vieţii noastre, nu numai pentru că ne-am dezvoltat o voinţă de fier, dar şi pentru faptul că pur şi simplu vedem lucrurile mai clar.

ÎNTREBARE: Deci este corect să spui că meditaţia intuitivă ne ajută să devenim persoane mai bune şi mai fericite?

RĂSPUNS: Ei bine, acesta este un început, un început foarte important. Dar meditaţia are un scop mult mai nobil decât aceasta. Pe măsură ce practica noastră devine mai matură şi starea de conştienţă se adânceşte începem să observăm că experienţele noastre sunt mai degrabă impersonale, că ele se întâmplă fără ca să existe un „eu” implicat în desfăşurarea lor şi chiar că nu există un „eu” care să le experimenteze. La început, un om care meditează ar putea avea doar străfulgerări ocazionale ale acestor lucruri, dar cu timpul ele vor deveni tot mai pronunţate.

ÎNTREBARE: Aceste lucruri par cam înfricoşătoare.

RĂSPUNS: Da, este şi nu este adevărat. Unii oameni, când îşi dau seama pentru prima dată de aceste lucruri pot fi speriaţi. Dar curând teama este înlocuită de o profundă realizare – realizarea că ei nu sunt ceea ce au gândit întotdeauna că sunt. În mod treptat ego-ul începe să slăbească, iar în timp dispare complet, la fel cum dispare şi sentimentul de „Eu” şi „Al meu”. În

acest punct viaţa buddhistului şi cu adevărat totalitatea vederilor lui începe să se schimbe. Doar gândiţi-vă câte conflicte personale, sociale şi chiar internaţionale îşi au originea în ego, în mândria rasială sau naţională, în sentimentul că am fost trataţi greşit, că am fost umiliţi sau ameninţaţi, sau în stridentul strigăt „Acesta este al meu!”, „Aceasta ne aparţine nouă!”. Conform buddhismului pacea şi fericirea adevărată poate fi găsită doar atunci când ne descoperim adevărata identitate. Aceasta este ceea ce se numeşte Iluminare.

ÎNTREBARE: Aceasta este o idee foarte atractivă, dar şi foarte îngrijorătoare în acelaşi timp. Cum funcţionează o persoană iluminată fără un simţ al sinelui sau al proprietăţii?

RĂSPUNS: Ei bine, o persoană iluminată ne-ar putea întreba: „Cum puteţi trăi şi funcţiona cu un simţ al sinelui? Cum de sunteţi capabili să îndurați neplăcerile fricii, ale geloziei, necazurilor şi mândriei, ale voastre şi ale celorlalţi oameni? Nu vă săturaţi niciodată de lupta fără sfârşit pentru a acumula tot mai mult şi mai mult, de nevoia de a fi totdeauna mai buni sau înaintea persoanei de lângă voi, de sentimentul sâcâitor că ai putea pierde tot ce ai?”. Se pare că persoanele iluminate se descurcă destul de bine în viaţă. Doar cele neiluminate, tu şi cu mine, suntem cei care avem parte de toate problemele şi cauzăm toate problemele.

ÎNTREBARE: Acum înţeleg. Dar cât timp trebuie să meditezi pentru a deveni iluminat?

RĂSPUNS: Nu se poate spune acest lucru şi probabil că nici nu contează. De ce nu începi să meditezi şi să vezi unde te duce acest lucru? Dacă practici cu sinceritate şi în mod inteligent s-ar putea să descoperi că acest lucru îţi îmbunătăţeşte considerabil calitatea vieţii. Între timp s-ar putea să doreşti să explorezi mai adânc Dhamma şi meditaţia. Mai târziu ar putea deveni cel mai important lucru din viaţa ta. Nu începe prin speculaţii şi prin îngrijorare pentru paşii mai îndepărtaţi de pe cale înainte de a începe călătoria propriu-zisă. Mergi înainte pas cu pas.

ÎNTREBARE: Am nevoie de un învăţător care să-mi predea meditaţia?

RĂSPUNS: Un învăţător nu este neapărat necesar, dar ghidarea personală din partea cuiva care este familiarizat cu meditaţia ar fi cu siguranţă de ajutor. Din nefericire, unii laici şi chiar călugări se declară ei înşişi instructori de meditaţie atunci când pur şi simplu nici ei nu ştiu ce fac. Încercaţi să alegeţi un învăţător care are o reputaţie bună, o personalitate echilibrată şi care aderă strâns la învăţăturile lui Buddha.

ÎNTREBARE: Am auzit că meditaţia este folosită pe scară largă astăzi de către psihiatri şi psihologi. Este adevărat?

RĂSPUNS: Da, aşa este. Meditaţia este în zilele noastre acceptată ca având un important efect terapeutic asupra minţii şi este folosită de mulţi profesionişti din domeniul sănătăţii mintale pentru a-i ajuta să inducă o stare de relaxare pacienţilor, pentru a-i ajuta să-şi depăşească fobiile şi să scoată la lumină conştienţa propriei lor persoane. Pătrunderea lui Buddha în mintea umană îi ajută pe oameni astăzi la fel de mult cum i-a ajutat şi în timpurile străvechi.

7. Înțelepciune și compasiune

Întrebare: Aud deseori buddhiştii vorbind despre înţelepciune şi compasiune. Ce semnifică aceşti termeni?

Răspuns: Unele religii cred că iubirea sau compasiunea (cele două sunt foarte asemănătoare) reprezintă cea mai importantă calitate spirituală, dar ele nu dau nicio atenţie înţelepciunii. Rezultatul este că poţi ajunge să fii un prost cu inimă bună, o persoană foarte binevoitoare cu foarte puţină sau chiar fără niciun fel de înţelegere. Alte sisteme de gândire, cum ar fi ştiinţa, cred că înţelepciunea se poate dezvolta cel mai bine atunci când toate emoţiile, inclusiv compasiunea, sunt date deoparte. Efectul acestui lucru este că ştiinţa are tendinţa de a deveni preocupată doar de rezultate şi uită deseori că scopul ei este de a servi umanitatea, nu de a o controla sau domina. Cum altfel ar fi putut oamenii de ştiinţă să permită talentelor lor să dezvolte bombe nucleare, războaie biologice şi alte lucruri de acest fel? Buddhismul ne învaţă că pentru a fi persoane echilibrate şi complete trebuie să ne dezvoltăm în aceeaşi măsură şi înţelepciunea şi compasiunea.

Întrebare: Deci ce reprezintă, conform buddhismului, înţelepciunea?

Răspuns: Cea mai înaltă înţelepciune este să vezi cu adevărat că în lumea reală toate fenomenele sunt incomplete, nepermanente şi lipsite de un sine propriu. Această înţelegere este complet eliberatoare şi duce la marea siguranţă şi fericire care este numită Nirvana. Dar Buddha nu a vorbit prea mult despre acest nivel al înţelepciunii. Nu se numeşte înţelepciune dacă pur şi simplu credem ceea ce ni se spune. Adevărata înţelepciune este aceea de a vedea direct şi de a înţelege noi înşine. La nivelul nostru înţelepciunea înseamnă a avea o minte deschisă şi a nu fi închişi la minte, a asculta şi alte puncte de vedere, a examina cu atenţie faptele care contrazic credinţele noastre şi a nu ne băga capul în nisip, a fi obiectivi şi a nu avea idei preconcepute, a ne rezerva timp pentru formarea propriilor opinii şi credinţe şi a nu accepta primele sau cele mai emoţionale idei care ne sunt oferite. A fi întotdeauna gata să-ţi schimbi credinţele atunci când îţi sunt prezentate faptele care le contrazic înseamnă că ai înţelepciune. O persoană

care face acest lucru este cu siguranţă înţeleaptă şi în cele din urmă va ajunge la înţelegerea adevărată. Calea de a crede ceea ce ţi se spune este uşoară. Calea buddhistă necesită curaj, răbdare, flexibilitate şi inteligenţă.

ÎNTREBARE: Cred că doar puţini oameni pot face asta. Deci care mai este rolul buddhismului dacă doar o mână de oameni îl pot practica?

RĂSPUNS: Este adevărat că nu oricine este gata pentru adevărurile buddhismului. Dar dacă cineva nu a fost capabil să înţeleagă învăţăturile lui Buddha în prezent, poate că va fi suficient de matur în viaţa următoare. În orice caz, există mulţi oameni care beneficiind de cuvintele şi încurajările potrivite vor fi capabili să-ţi mărească puterea de înţelegere. Din acest motiv buddhiştii se străduie, în linişte şi cu blândeţe, să împărtăşească ceea ce au înţeles şi celorlalţi. Buddha ne-a învăţat pe noi datorită marii lui compasiuni pentru oameni, iar noi ar trebui să facem la fel pentru ceilalţi oameni.

ÎNTREBARE: Ce înseamnă compasiunea în concepţia buddhistă?

RĂSPUNS: Aşa cum înţelepciunea acoperă natura noastră intelectuală şi capacitatea de a înţelege, compasiunea acoperă latura emoţională şi cea a sentimentelor. Ca şi înţelepciunea, compasiunea este o calitate umană unică. Cuvântul „compasiune” este format din două părţi: „com”, cu sensul de „împreună”, „la un loc” şi „pasiune”, cu sensul de „sentiment puternic”. Iar rezultatul îl reprezintă compasiunea. Dacă în momentul în care vedem pe cineva în suferinţă îi simţim durerea ca şi cum ar fi a noastră şi ne străduim pentru a o elimina sau măcar a o micşora, atunci aceasta este compasiune. Cele mai bune lucruri din fiinţa umană, toate calităţile unui Buddha, cum ar fi împărtăşirea sentimentelor şi a cunoştinţelor, a fi întotdeauna gata să oferi sprijin şi simpatie, a te preocupa şi a avea grijă de ceilalţi - toate acestea sunt manifestări ale compasiunii. Veţi observa de asemenea că la o persoană plină de compasiune, grija şi dragostea faţă de ceilalţi îşi au originea în grija şi dragostea faţă de propria persoană. Îi putem înţelege cel mai bine pe ceilalţi doar atunci când ne înţelegem cu adevărat pe noi înşine. Vom şti ce este cel mai bun pentru alţii când ştim ce este cel mai bun pentru noi. Deci, în buddhism, propria dezvoltare spirituală înfloreşte în mod natural în preocuparea pentru bunăstarea

celorlalţi. Însăşi viaţa lui Buddha ilustrează foarte bine acest principiu. El a petrecut șase ani luptându-se pentru bunăstarea lui, după care a putut fi de folos întregii umanităţi.

ÎNTREBARE: Deci spuneţi că am fi capabili să-i ajutăm cel mai bine pe ceilalţi doar după ce ne-am ajutat pe noi înşine. Nu e un lucru cam egoist?

RĂSPUNS: De obicei noi vedem altruismul, grija faţă de ceilalţi înaintea propriei persoane ca fiind opusul egoismului, a grijii faţă de propria persoană înaintea celorlalţi. Buddhismul nu vede această problemă nici într-un sens, nici în celălalt, ci mai degrabă ca un amestec între cele două. O preocupare corectă, sănătoasă faţă de propria persoană va creşte treptat în preocuparea faţă de bunăstarea celorlalţi, întrucât atunci vedem că ceilalţi sunt cu adevărat la fel ca noi înşine. Aceasta este compasiunea adevărată. Compasiunea este cea mai frumoasă bijuterie din coroana învăţăturilor lui Buddha.

8. Vegetarianism

Întrebare: Buddhiştii ar trebui să fie vegetarieni, nu-i aşa?

Răspuns: Nu neapărat. Buddha nu a fost vegetarian, nu i-a învăţat pe discipolii săi să fie vegetarieni şi chiar şi în zilele noastre există foarte mulţi buddhişti care nu sunt vegetarieni. În scripturile buddhiste se spune:

> A fi grosolan, lipsit de milă, a lovi pe la spate, a face rău prietenilor,
>
> a fi lipsit de inimă, arogant și lacom -
>
> acestea îl fac pe om impur, nu faptul că mănâncă carne.
>
> A avea un comportament imoral, a refuza să plătești datoriile,
>
> a înșela în afaceri, a cauza separări ale oamenilor -
>
> acestea îl fac pe om impur, nu faptul că mănâncă carne.
>
> (Sn. 246-7)

Întrebare: Dar dacă mănânci carne, atunci eşti responsabil pentru uciderea animalelor. Nu este asta o încălcare a Primului Precept?

Răspuns: Este adevărat că atunci când mănânci carne eşti indirect sau parţial responsabil pentru uciderea unei fiinţe vii, dar acelaşi lucru e adevărat şi atunci când mănânci legume. Fermierul trebui să-şi stropească recolta cu insecticide şi otrăvuri, astfel încât legumele să ajungă pe masa ta întregi, fără găuri în ele. Tot fiinţe vii sunt ucise pentru a-ţi oferi pielea din care e făcută cureaua ta, sau geanta, sau uleiul din săpunul pe care-l foloseşti şi aşa mai departe. Este imposibil să trăieşti fără ca într-un anume fel să fii responsabil indirect de moartea altor fiinţe. Acesta este un alt exemplu al Primului Adevăr Nobil - existenţa obişnuită este plină de

suferinţă şi insatisfacţie. Atunci când urmezi Primul Precept încerci să eviţi a fi direct responsabil pentru uciderea unei fiinţe vii.

ÎNTREBARE: Buddhiştii Mahayana nu mănâncă niciun fel de carne.

RĂSPUNS: Aşa este. Buddhismul Mahayana din China pune un mare accent pe a fi vegetarian, dar şi călugării şi laicii din unele şcoli Mahayana din Japonia, Mongolia şi Tibet consumă carne în mod obişnuit.

ÎNTREBARE: Eu tot cred că un buddhist ar trebui să fie vegetarian.

RĂSPUNS: Să presupunem că există două persoane, una care e strict vegetariană, dar este egoistă, necinstită şi rea, iar cealaltă persoană nu e vegetariană, dar este respectuoasă faţă de ceilalţi, cinstită, generoasă şi bună. Care dintre cele două persoană crezi că ar fi un buddhist mai bun?

ÎNTREBARE: Cred că persoana cinstită şi generoasă ar fi un buddhist mai bun.

RĂSPUNS: Aşa e. De ce crezi asta?

ÎNTREBARE: Din cauză că o astfel de persoană în mod evident are o inimă bună.

RĂSPUNS: Exact. Cineva care consumă carne poate avea o inimă pură, la fel cum şi un vegetarian poate avea o inimă impură. În învăţăturile lui Buddha lucrul cel mai important este calitatea inimii, nu dieta. Mulţi oameni au foarte mare grijă să nu mănânce deloc carne, dar nu le pasă atunci când sunt egoişti, necinstiţi, cruzi sau geloşi. Ei îşi schimbă dieta, ceea ce este un lucru uşor, dar nu încearcă să-şi schimbe inimile, ceea ce e mai greu de făcut. Deci fie că eşti vegetarian sau nu, trebuie să ţii minte că purificarea minţii este cel mai important lucru în buddhism.

ÎNTREBARE: Dar din punct de vedere buddhist, o persoană cu inima bună şi care e şi vegetariană, ar fi mai bună decât o persoană cu inima bună dar care este consumatoare de carne?

RĂSPUNS: Dacă motivul vegetarianului cu inima bună este grija faţă de animale şi dorinţa de a nu avea de-a face cu cruzimea din fermele moderne industrializate, atunci cu siguranţă că şi-a dezvoltat compasiunea şi preocuparea pentru ceilalţi într-un grad mai înalt decât decât consumatorul de carne. Mulţi oameni descoperă că pe măsură ce se dezvoltă în cunoaşterea Dhamma, capătă o tendinţă de a deveni vegetarieni.

ÎNTREBARE: Cineva mi-a spus că Buddha a murit de la o mâncare cu carne de porc stricată. Este adevărat?

RĂSPUNS: Nu e chiar aşa. Scripturile menţionează că ultima masă a lui Buddha a fost un fel numit sukara maddava. Semnificaţia acestui termen nu mai este cunoscută azi, dar cuvântul sukara înseamnă porc, deci termenul se poate referi la o mâncare de porc, dar la fel de bine se poate referi şi la o anumită legumă, o plăcintă sau altceva. În orice caz, menţionarea acestei mâncări i-a făcut pe unii să creadă că ea este aceea care a cauzat moartea lui Buddha. Dar Buddha avea 80 de ani la vremea aceea şi era şi bolnav de ceva timp. Adevărul este că a murit de bătrâneţe.

9. Norocul și soarta

Întrebare: Ce a spus Buddha despre magie şi ghicirea viitorului?

Răspuns: El considera astfel de practici, cum ar fi ghicirea viitorului, purtarea de amulete norocoase pentru protecţie, stabilirea de locuri norocoase pentru clădiri sau de zile norocoase, ca fiind simple superstiţii fără rost şi le-a interzis explicit adepţilor săi să practice aceste lucruri. Buddha numea acestea drept „arte joase”. El spunea:

> Cu toate că unii oameni religioși care trăiesc din hrana oferită de credincioși își câștigă traiul din artele joase, prin mijloace greșite, cum ar fi ghicitul în palmă, ghicitul în diferite semne, interpretarea viselor ... aducerea de noroc sau ghinion ... alegerea unui loc norocos pentru o construcție, călugărul Gotama se abține de la astfel de arte joase, de la aceste mijloace greșite de trai.
>
> (D. I, 9-12)

Întrebare: Atunci de ce uneori oamenii fac astfel de lucruri şi cred în ele?

Răspuns: Din cauza lăcomiei, a fricii şi a ignoranţei. Imediat cum oamenii înţeleg învăţătura lui Buddha realizează că o inimă pură îi poate proteja mult mai bine decât o hârtie, bucăţele de metal şi câteva cuvinte fermecate, şi nu se mai bazează pe astfel de lucruri. În învăţăturile buddhiste cinstea, bunătatea, înţelegerea, răbdarea, iertarea, generozitatea, loialitatea şi alte calităţi bune sunt acelea care te protejează cu adevărat şi îţi oferă prosperitate.

Întrebare: Dar unele amulete norocoase funcţionează, nu-i aşa?

Răspuns: Cunosc o persoană care trăieşte bine din vânzarea de astfel de amulete norocoase. El pretinde că aceste amulete îţi pot oferi noroc, prosperitate şi chiar îţi garantează că vei fi capabil să ghiceşti numerele la

loto. Dar dacă e aşa, de ce nu este el însuşi milionar? Dacă aceste amulete chiar funcţionează, de ce nu câştigă el la loterie în fiecare săptămână? Singurul noroc pe care îl are este acela că există oameni suficient de creduli ca să-i cumpere amuletele norocoase.

ÎNTREBARE: Există noroc?

RĂSPUNS: Dicţionarul defineşte norocul ca fiind „credinţa că orice s-ar întâmpla unei persoane, fie bun sau rău, se datorează şansei sau soartei". Buddha neagă definitiv această noţiune. Tot ceea ce se întâmplă are o cauză specifică şi neapărat trebuie să existe o relaţie între cauză şi efect. Atunci când te îmbolnăveşti, de exemplu, există o cauză specifică. Probabil că ai intrat în contact cu microbii, iar corpul tău a fost destul de slăbit ca să permită pătrunderea lor. Există o relaţie clară între cauză (microbii şi un corp slăbit) şi efect (boala); cunoaştem că atacul microbilor asupra organismului a dus la apariţia bolii. Dar nicio relaţie nu poate fi găsite între a purta o bucăţică de hârtie cu nişte cuvinte scrise pe ea şi a fi bogat sau a lua examenele. Buddhismul ne învaţă că orice s-ar întâmpla, aceasta se datorează unor cauze concrete şi nu norocului, şansei sau a sorţii. Oamenii care sunt interesaţi de noroc întotdeauna încearcă să obţină ceva, de obicei mai mulţi bani sau bunăstare. Buddha ne învaţă că mult mai importantă este dezvoltarea minţii şi a inimii. El spunea:

> A fi bine învățat și talentat, a fi bine pregătit și a folosi cuvinte potrivite, acesta este cel mai bun noroc. A-ți sprijini mama și tatăl, a ține la soția și copilul tău și a trăi simplu, acesta este cel mai bun noroc. A fi generos, drept, a-ți ajuta rudele și a fi fără greșeală în acțiunile tale, acesta este cel mai bun noroc. A te abține de la a face rău, de la băuturi puternice, a fi hotărât în virtute, acesta este cel mai bun noroc. Respectul, modestia, mulțumirea, recunoștința și ascultarea Dhammei, acesta este cel mai bun noroc.
>
> (Sn. 261-6)

10. Călugării și călugărițele

Întrebare: Instituţia monahală este foarte importantă în buddhism. Care este scopul călugărilor şi al călugăriţelor şi ce ar trebui ei să facă?

Răspuns: Scopul lui Buddha în înfiinţarea ordinelor monahale a fost acela de a oferi un mediu în care dezvoltarea spirituală să fie mai uşoară. Comunitatea laică oferă călugărilor tot ceea ce este necesar pentru nevoile lor de bază: hrană, haine, adăpost şi medicamente, astfel încât aceştia să-şi poată dedica timpul studiului şi practicii Dhamma. Viaţa simplă şi ordonată din cadrul unei mănăstiri duce la pace interioară şi este potrivită pentru meditaţie. În schimb, de la călugări se aşteaptă ca aceştia să împărtăşească cunoştinţele lor cu comunitatea laică şi comportamentul lor să fie un exemplu despre cum trebuie trăită viaţa unui bun buddhist. În practica de astăzi această misiune de bază s-a extins mult faţă de intenţiile originale ale lui Buddha, călugării din zilele noastre fiind uneori şi învăţători de şcoală, asistenţi sociali, artişti, doctori şi chiar politicieni. Unii susţin că asumarea de astfel de roluri este în regulă dacă ajută la promovarea buddhismului. Alţii subliniază faptul că aceste lucruri îi fac pe călugări să fie prinşi în problemele lumeşti, uitând astfel de scopul iniţial pe care l-au avut atunci când au intrat în mânăstire.

Întrebare: Trebuie să fii călugăr pentru a deveni iluminat?

Răspuns: Bine înţeles că nu. Unii dintre cei mai împliniţi discipoli ai lui Buddha au fost laici. Unii erau suficient de dezvoltaţi spiritual pentru a-i instrui pe călugări. În buddhism cel mai important lucru este nivelul de înţelegere, care nu are nimic de-a face cu faptul că porţi o robă galbenă sau blugi albaştri, că trăieşti într-o mănăstire sau în locuinţa proprie. Unii pot considera că mănăstirea, cu toate avantajele şi dezavantajele ei, este cel mai bun mediu în care pot creşte spiritual. Alţii consideră că locuinţa lor, cu toate bucuriile şi tristeţile ei, e cel mai bun loc. Toţi avem gusturi diferite.

Întrebare: De ce călugării buddhişti poartă robe galbene?

RĂSPUNS: Când indienii din antichitate se uitau în junglă, ei întotdeauna puteau spune care frunze vor cădea curând din copaci datorită culorii lor, care era fie galbenă, fie portocalie sau maro. Astfel, în India, galbenul a devenit culoarea renunţării. Robele călugărilor sunt galbene astfel încât ele să amintească necontenit de importanţa faptului de a nu te agăţa de nimic, de a renunţa, de a lăsa lucrurile să treacă.

ÎNTREBARE: De ce se rad călugării în cap?

RĂSPUNS: În mod normal noi suntem foarte preocupaţi de înfăţişarea noastră, în special de aspectul părului. Femeile consideră părul un lucru foarte important, iar bărbaţii sunt foarte îngrijoraţi să nu chelească. A păstra părul în stare bună consumă foarte mult timp. Neavând păr pe cap, călugării şi călugăriţele îşi oferă lor înşişi mai mult timp pentru lucrurile care contează cu adevărat. De asemenea, un cap ras simbolizează idea de a acorda mai multă atenţie schimbărilor interioare decât aspectului exterior.

ÎNTREBARE: Să fii călugăr sau călugăriţă e foarte bine, dar ce s-ar întâmpla dacă toţi s-ar face călugări?

RĂSPUNS: Ai putea pune aceeaşi întrebare despre orice vocaţie. „Să te faci dentist e foarte bine, dar ce s-ar întâmpla dacă toţi s-ar face dentişti? Nu ar mai exista profesori, bucătari, şoferi de taxi”. Buddha nu sugerează că toţi ar trebui să devenim călugări, iar acest lucru nu se va întâmpla niciodată. Dar vor exista totdeauna oameni care vor fi atraşi de o viaţă plină de simplitate şi renunţare şi care se delectează cu învăţăturile lui Buddha mai mult decât orice. Şi la fel ca dentiştii şi profesorii, ei au talente speciale şi cunoştinţe care pot fi de folos comunităţii în care trăiesc.

ÎNTREBARE: S-ar putea să fie aşa când vorbeşti despre călugării care predau, scriu cărţi sau fac muncă socială. Dar ce se poate spune despre cei care nu fac nimic în afara faptului de a medita. Cu ce sunt ei de folos comunităţii?

RĂSPUNS: Ai putea compara călugării care meditează cu cercetătorii în ştiinţă. Societatea în sprijină pe cercetători în timp ce aceştia stau în laboratoarele lor făcând tot felul de experimente pentru că probabil în cele

din urmă vor descoperi sau vor inventa ceva care va fi în folosul tuturor. La fel, comunitatea buddhistă îi sprijină pe călugării care meditează (iar nevoile acestora sunt foarte mici) pentru că speră că aceştia vor dobândi o înţelepciuni şi o pătrundere care va fi de folos tuturor. Dar chiar înainte de a se întâmpla acest lucru, sau chiar dacă nu se întâmplă niciodată, călugării care meditează pot fi de folos celorlalţi. În societatea modernă, modelele urmate sau cel puţin invidiate sunt cele de „bogat şi renumit", de abandonare în plăcerile simţurilor, extravaganţă şi consum exagerat. Exemplul călugărului care meditează ne reaminteşte că nu trebuie să fii bogat pentru a fi mulţumit. Ne arată că un stil de viaţă simplu şi blând are şi el avantajele sale.

ÎNTREBARE: Am auzit că nu mai există călugăriţe buddhiste. Este adevărat?

RĂSPUNS: Buddha a fondat ordinul călugăriţelor în timpul vieţii sale, iar timp de 5 - 600 de ani ele au jucat un rol important în răspândirea şi dezvoltarea buddhismului. Dar din diverse motive care nu sunt foarte clare, călugăriţele nu au obţinut aceeaşi apreciere şi acelaşi suport ca şi călugării din India sau Asia de Sud-Est, iar ordinul a dispărut treptat. Dar în Taiwan, Korea şi Japonia ordinul călugăriţelor şi-a continuat existenţa. Astăzi în Sri Lanka se fac paşi pentru a reintroduce ordinul călugăriţelor din Taiwan, deşi unii tradiţionalişti nu sunt foarte încântaţi de acest lucru. În orice caz, în acord cu intenţiile originale ale lui Buddha, este corect ca şi femeile să aibă oportunitatea de a trăi viaţa monahală şi de a beneficia de ea.

11. Scripturile buddhiste

Întrebare: Aproape toate religiile au anumite scrieri sfinte sau biblii. Care este cartea sfântă a buddhismului?

Răspuns: Cartea sacră a buddhismului este numită Tipitaka. Este scrisă într-un dialect indian străvechi numit Pali, care este foarte apropiat de limba vorbită de însuşi Buddha. Tipitaka este o carte foarte mare. Traducerea în Engleză are aproape 40 de volume.

Întrebare: Ce înseamnă numele Tipitaka?

Răspuns: Este un nume compus din două părţi: ti înseamnă „trei”, iar pitaka înseamnă „coşuri”. Prima parte se referă la faptul că scripturile buddhiste conţin trei secţiuni. Prima secţiune, numită Sutta Pitaka, conţine toate discursurile lui Buddha, ca şi ale unora dintre discipolii săi iluminaţi. Materialele din Sutta Pitaka sunt foarte diverse, diferitele tipuri permiţând comunicarea adevărurilor diferitelor tipuri de oameni. Multe din discursurile lui Buddha sunt sub formă de predici, în timp ce altele sunt sub formă de dialoguri. Alte părţi, cum ar fi Dhammapada, prezintă învăţăturile lui Buddha sub formă de versuri. Povestirile Jataka conţin poveşti frumoase în care personajele principale sunt deseori animale. A doua secţiune este Vinaya Pitaka. Aceasta conţine regulile şi procedurile pentru călugări şi călugăriţe, sfaturi asupra administrării mănăstirilor şi istoria timpurie a ordinului. Ultima secţiune se numeşte Abhidhamma Pitaka. Este o scriere complexă şi sofisticată care analizează şi clasifică constituenţii care alcătuiesc individul. Deşi Abhidhamma a fost concepută mai târziu decât primele două secţiuni, nu conţine nimic care să le contrazică pe acestea.

Acum să analizăm cuvântul pitaka. În India antică muncitorii din construcţii obişnuiau să transporte materialele de construcţie dintr-un loc în altul folosind o ştafetă de coşuri. Puneau coşurile pe cap, mergeau până la următorul muncitor şi-i dădeau acestuia coşul, iar procesul se repeta. Scrisul era cunoscut în timpul lui Buddha, dar era considerat un mediu de transmitere a informaţiilor mai puţin fiabil decât memoria umană. O carte ar fi putut putrezi sau ar fi putut fi mâncată de furnici, dar memoria omului

ţinea cât întreaga viaţă a acestuia. Drept urmare, călugării memorau pe de rost învăţăturile lui Buddha şi le treceau de le unul la celălalt aşa cum muncitorii îşi treceau coşurile cu materiale de construcţii. Din acest motiv cele trei secţiuni ale scripturilor buddhiste se numesc „coşuri". După ce au fost păstrate în acest fel timp de câteva sute de ani, secţiunile Tipitaka au fost în cele din urmă scrise aproximativ în anul 100 e.n. în Sri Lanka.

ÎNTREBARE: Dacă scripturile au fost păstrate în memorie atât de mult timp, probabil că nu sunt foarte de încredere. Se poate ca multe din învăţăturile lui Buddha să se fi pierdut sau schimbat.

RĂSPUNS: Păstrarea scripturilor a fost un efort reunit al comunităţii călugărilor şi călugăriţelor. Ei se întâlneau la intervale regulate şi cântau părţi din Tipitaka sau chiar întreaga scriptură. Acest lucru făcea aproape imposibil ca ceva să fie adăugat sau schimbat. Gândeşte astfel: dacă un grup de 100 de oameni ştiu un cântec pe de rost şi în timp ce-l cântă cineva greşeşte un vers, sau încearcă să introducă unul nou, ce s-ar întâmpla? Numărul mare al celor care ştiu corect cântecul nu-l vor lăsa pe unul singur să facă o schimbare. Este de asemenea important de menţionat că în acele vremuri nu exista televiziunea, ziarele sau reclamele care distrag şi îngreunează mintea, şi în plus călugării meditau, iar toate acestea duc la faptul că aveau o memorie foarte bună. Chiar şi azi, mult timp după ce cărţile au intrat în uzul curent, există călugări care sunt capabili să recite întreaga Tipitaka din memorie. Călugărul Mengong Sayadaw din Burma poate face acest lucru şi este menţionat în Cartea Recordurilor drept omul cu cea mai bună memorie din lume.

ÎNTREBARE: Cât de importante sunt scripturile pentru buddhişti?

RĂSPUNS: Buddhiştii nu consideră Tipitaka drept o revelaţie divină şi infailibilă, provenind de la un zeu ale căror cuvinte trebuie crezute. Ea reprezintă o înregistrare a învăţăturilor unui om măreţ, care oferă explicaţii, sfaturi şi încurajări şi care ar trebuie citită cu atenţie şi respect. Scopul nostru trebuie să fie acela de a înţelege ce ne învaţă Tipitaka, nu doar să credem în ce spunea ea; cuvintele lui Buddha trebuie întotdeauna verificate prin prisma propriei noastre experienţe. Se poate spune că atitudinea unui buddhist informat faţă de scripturi este similară atitudinii

unui om de ştiinţă faţă de o lucrare ştiinţifică sau de cercetare. Un om de ştiinţă face un experiment, iar apoi îşi publică descoperirile şi concluziile într-o revistă. Alţi oameni de ştiinţă vor citi lucrarea şi o vor trata cu respectul cuvenit, dar nu vor considera rezultatele ca fiind valide până când nu vor face şi ei acelaşi experiment şi vor obţine aceleaşi rezultate.

ÎNTREBARE: Mai înainte aţi menţionat despre Dhammapada. Ce este aceasta?

RĂSPUNS: Dhammapada este una din cele mai mici lucrări ale primei secţiuni din Tipitaka. Numele ei ar putea fi tradus prin „Calea Adevărului" sau „Versurile Adevărului". Ea este alcătuită din 423 de versuri, unele foarte concise şi viguroase, altele foarte profunde, unele conţinând comparaţii, altele de o frumuseţe considerabilă, toate rostite de Buddha. Drept urmare, Dhammapada este una din cele mai populare creaţii din literatura buddhistă. Ea a fost tradusă în majoritatea limbilor importante şi este recunoscută drept una din capodoperele literaturii religioase a lumii.

ÎNTREBARE: Cineva mi-a spus că nu trebuie să pui niciodată o copie a scripturilor pe podea sau să o ţii sub braţ, ci întotdeauna ar trebui pusă într-un loc înalt. Este adevărat?

RĂSPUNS: Până de curând, în ţările buddhiste, ca şi în Europa medievală, cărţile erau obiecte de valoare şi erau foarte rare. Astfel, toate scripturile erau tratate cu un mare respect, iar obiceiurile amintite sunt exemple ale acestui respect. Cu toate acestea, chiar dacă obiceiurile şi practicile tradiţionale sunt în regulă, astăzi cei mai mulţi oameni sunt de acord că cel mai bun mod de a respecta scripturile buddhiste este să practici învăţăturile pe care acestea le conţin.

ÎNTREBARE: Este foarte dificil să citesc scripturile buddhiste. Ele sunt lungi, repetitive şi plictisitoare.

RĂSPUNS: Atunci când deschidem nişte cărţi conţinând scripturi religioase ne aşteptăm să citim cuvinte de exaltare, bucurie sau laudă care să ne ridice şi să ne inspire. Drept urmare, cineva care citeşte scripturile buddhiste ar putea fi puţin dezamăgit. În timp ce unele din discursurile lui Buddha au un

farmec şi o frumuseţe considerabilă, cele mai multe par teze filozofice cu definiţii de termeni, argumente motivate cu atenţie, sfaturi detaliate despre conduită sau meditaţie şi adevăruri expuse în mod precis. Ele sunt destinate mai mult intelectului decât emoţiilor. Dacă nu vom mai compara scripturile buddhiste cu cele ale altor religii vom vedea că şi ele au frumuseţea lor proprie, frumuseţea clarităţii, a adâncimii şi a înţelepciunii.

ÎNTREBARE: Am citit că scripturile buddhiste au fost scrise pentru prima dată pe frunze de palmier. De ce a fost aşa?

RĂSPUNS: Atunci când scripturile au fost scrise pentru prima dată hârtia nu fusese inventată nici în India, nici în Sri Lanka. Documentele obişnuite, cum ar fi scrisorile, contractele, conturile erau scrise fie pe piei de animale, fie pe foi subţiri de metal sau pe frunze de palmier. Buddhiştilor nu le plăcea să folosească piei de animale, iar scrierea pe plăcuţe din metal ar fi fost şi prea scumpă şi prea greoaie, aşa că au folosit frunze de palmier. După ce frunzele erau pregătite într-un mod special, erau legate între ele cu un fir şi puse între două coperţi din lemn, fiind astfel uşor de citit şi durabile, ca o carte modernă. Atunci când buddhismul a ajuns în China, scripturile au fost scrise pe mătase şi hârtie. Cinci sute de ani mai târziu, nevoia de a produce mai multe copii a dus la inventarea tiparului. Cea mai veche carte tipărită este o traducere în Chineză a unuia dintre discursurile lui Buddha şi a fost publicată în 828 e.n.

12. Istorie și dezvoltare

Întrebare: Buddhismul este acum religia unui mare număr de persoane din multe ţări diferite. Cum s-a întâmplat asta?

Răspuns: La 150 de ani după moartea lui Buddha, învăţăturile lui se răspândiseră deja destul de mult în nordul Indiei. Apoi, în jurul anului 262 î.e.n., împăratul Indiei de atunci, Asoka Mauriya, s-a convertit la buddhism şi a răspândit Dhamma pe întreg teritoriul controlat de el. Mulţi oameni erau atraşi de înaltele standarde etice ale buddhismului şi mai ales de opoziţia acestuia faţă de sistemul de caste din India. De asemenea, Asoka a convocat un mare conciliu, iar apoi a trimis misionari în ţările învecinate sau mai îndepărtate şi chiar şi în Europa. Cea mai de succes misiune a fost cea din Sri Lanka. Insula a devenit buddhistă şi a rămas aşa până în zilele noastre. Alte misiuni au dus buddhismul în India de sud şi de vest, în Kashmir şi pe teritoriul unde astăzi este sudul Burmei şi peninsula Tailandei. Un secol mai târziu Afganistanul şi regiunile muntoase din nordul Indiei au devenit buddhiste, iar călugării şi comercianţii din aceste zone au dus treptat religia în Asia Centrală şi în cele din urmă în China, de unde mai târziu a pătruns în Korea şi în Japonia. Este interesat de observat că buddhismul este singurul sistem de gândire străin care a prins rădăcini în China. Aproximativ în secolul al XII-lea buddhismul a devenit religia dominantă în Burma, Tailanda, Laos şi Cambodgia, în principal datorită eforturilor călugărilor din Sri Lanka.

Întrebare: Cum şi când a devenit Tibetul buddhist?

Răspuns: Aproximativ în secolul al VIII-lea regele Tibetului a trimis un ambasador în India pentru a aduce călugări şi scripturile buddhiste în ţara lui. Deşi a fost acceptat, buddhismul nu a devenit religia principală, lucru care s-a datorat şi opoziţiei din partea preoţilor religiei indigene Bon. În cele din urmă, în secolul al XI-lea un mare număr de călugări şi învăţători din India au venit în Tibet, iar religia a fost mai bine stabilită în această zonă. Încă din acele timpuri Tibetul a devenit una din cele mai fervente ţări buddhiste.

ÎNTREBARE: Deci buddhismul s-a răspândit în foarte multe locuri.

RĂSPUNS: Nu numai atât, dar există extrem de puţine cazuri în care buddhismul a persecutat religiile pe care le-a întâlnit sau a fost adus de armatele cuceritoare. Buddhismul a reprezentat întotdeauna un mod de viaţă blând, iar ideea de a folosi forţa sau presiunile de orice fel pentru a răspândi religia le repugnă buddhiştilor.

ÎNTREBARE: Ce influenţă a avut buddhismul asupra ţărilor în care a ajuns?

RĂSPUNS: Atunci când călugării misionari au mers în diferite ţări, de obicei au luat cu ei mai mult decât învăţăturile lui Buddha, şi anume cele mai bune aspecte ale civilizaţiei indiene. Ei era uneori talentaţi în medicină şi au introdus noi idei medicale în zone în care nu existaseră înainte. Nici Sri Lanka, nici Tibetul şi nici unele zone din Asia Centrală nu aveau un sistem de scriere până când nu l-au introdus călugării şi, bine înţeles, odată cu scrisul a venit şi o nouă cunoaştere, noi idei. Înainte de venirea buddhismului, tibetanii şi mongolii erau nişte nişte culturi sălbatice, iar buddhismul i-a făcut blânzi şi civilizaţi. Chiar şi în India sacrificarea animalelor nu a mai fost la modă din cauza buddhismului, iar sistemul de caste a devenit mai puţin aspru, cel puţin pentru o bună perioadă de timp. În zilele noastre, pe măsură ce buddhismul se răspândeşte în Europa şi în America, psihologia vestică modernă este influenţată de unele pătrunderi ale buddhismului în mintea umană.

ÎNTREBARE: De ce a dispărut buddhismul din India?

RĂSPUNS: Nimeni nu a dat o explicaţie satisfăcătoare pentru această evoluţie a buddhismului în India. Unii istorici susţin că buddhismul a devenit atât de corupt încât oamenii s-au întors împotriva lui, în timp ce alţii spun că el a adoptat atât de multe idei din hinduism încât în cele din urmă nu s-a mai putut face nicio diferenţă. O altă teorie presupune că a avut loc o grupare a călugărilor în mănăstiri foarte mari, sprijinite de regi, ceea ce a dus la îndepărtarea de oamenii obişnuiţi. Oricare ar fi motivul, între secolele al VIII-lea şi al IX-lea buddhismul indian era deja într-un serios declin. El a

dispărut complet în timpul haosului şi al violenţelor invaziei islamice din secolul al XIII-lea.

ÎNTREBARE: Dar mai există încă buddhişti în India, nu-i aşa?

RĂSPUNS: Într-adevăr aşa e, pentru că începând de la mijlocul secolului XX buddhismul a început să se dezvolte din nou în India. În 1956 liderul castei paria s-a convertit la buddhism din cauza faptului că el şi oamenii lui sufereau atât de mult sub sistemul de caste din India. De atunci aproximativ 8 milioane de oameni au devenit buddhişti în India, iar numărul lor continuă să crească.

ÎNTREBARE: Când a apărut buddhismul în Vest pentru prima dată?

RĂSPUNS: Primii vestici care au devenit buddhişti au fost probabil grecii care au migrat în India după invazia lui Alexandru cel Mare din secolul al III-lea î.e.n. Una din cele mai importante cărţi buddhiste, Milindapanha, este de fapt un dialog între călugărul indian Nagasena şi regele indo-grec Milinda. În timpurile mai recente buddhismul a început să atragă admiraţia şi respectul vestului începând cu secolul al XIX-lea, când cărturarii au început să traducă scripturile şi să scrie despre buddhism. Pe la începutul anilor 1900 câţiva vestici îşi spuneau deja buddhişti, iar vreo doi dintre ei chiar au devenit călugări. Până în 1960 numărul buddhiştilor din vest a crescut foarte mult, iar astăzi ei constituie o minoritate semnificativă în majoritatea ţărilor vestice.

ÎNTREBARE: Aţi putea spune ceva despre diferitele tipuri de buddhism?

RĂSPUNS: La apogeul său, buddhismul se întindea din Mongolia până în Maldive şi din Balkh până în Bali, pătrunzând astfel în multe culturi extrem de diferite. El a persistat în acele zone timp de multe secole, trebuind să se adapteze pe măsură ce viaţa socială şi intelectuală se dezvolta. Ca urmare, în timp ce esenţa Dhammei a rămas aceeaşi, manifestările exterioare s-au schimbat destul de mult. Astăzi există trei tipuri mari de buddihsm - Theravada, Mahayana şi Vajrayana.

ÎNTREBARE: Ce înseamnă Theravada?

RĂSPUNS: Theravada înseamnă „Învăţătura Bătrânilor” şi se bazează în principal pe scripturile Tipitaka, cele mai vechi şi mai complete înregistrări ale învăţăturilor lui Buddha. Theravada este o formă de buddhism mai conservativă, mai orientată către viaţa monahală şi care pune accent pe bazele Dhammei, având tendinţa unei abordări mai simple şi mai austere a vieţii. Astăzi Theravada se practică în principal în Sri Lanka, Burma, Tailanda, Laos şi Cambodgia.

ÎNTREBARE: Ce este buddhismul Mahayana?

RĂSPUNS: Prin secolul I î.e.n. unele implicaţii ale învăţăturilor lui Buddha au fost cercetate mai amănunţit. De asemenea, societatea era în plină dezvoltare, iar acest lucru cerea interpretări noi, mai revigoratoare, ale învăţăturilor. Numărul mare de şcoli care au apărut şi s-au dezvoltat ca urmare a acestor interpretări şi dezvoltări a dat naştere unui grup numit generic Mahayana, care înseamnă „Măreaţa Cale”. Mahayana pretinde că învăţăturile ei sunt pentru oricine, nu numai pentru călugării care au renunţat la cele lumeşti. În cele din urmă Mahayana a devenit forma dominantă de buddhism în India, iar astăzi se practică în China, Korea, Taiwan, Vietnam şi Japonia. Unii adepţi Theravada spun că Mahayana este este o deformare a învăţăturilor lui Buddha. Totuşi, adepţii Mahayana subliniază faptul că Buddha a acceptat schimbarea ca fiind unul dintre adevărurile fundamentale, iar interpretarea lor nu este o deformare a Dhammei mai mult decât un stejar este o deformare a unei ghinde.

ÎNTREBARE: Am auzit deseori vorbindu-se despre Hinayana. Ce înseamnă acest termen?

RĂSPUNS: Atunci când Mahayana a început să se dezvolte, a vrut să se distingă de şcolile mai vechi de buddhism, astfel încât şi-a spus Mahayana, „Măreaţa Cale”, şcolile mai vechi fiind denumite generic Hinayana, ceea ce înseamnă „Calea cea Mică”. În zilele noastre acest termen nu mai este folosit, nefiind considerat un termen corect de a denumi tradiţiile vechi ale şcolii Theravada.

ÎNTREBARE: Dar despre Vajrayana?

RĂSPUNS: Acest tip de buddhism a început să apară în India, între secolele VI - VII e.n., într-un timp în care hinduismul se afla într-o mare renaştere. Ca urmare a acestei renaşteri buddhismul a fost influenţat de unele aspecte ale hinduismului, în special venerarea diferitelor zeităţi şi practicarea de ritualuri elaborate. În secolul al XI-lea Vajrayana s-a stabilit foarte puternic în Tibet, unde a suferit dezvoltări ulterioare. Cuvântul Vajrayana înseamnă „Calea de Diamant" şi se referă la logica învăţăturii, care se presupune că nu poate fi combătută, şi pe care adepţii Vajrayana o folosesc pentru a-şi apăra unele idei. Vajrayana se bazează mai mult pe un tip de scrieri numite tantre decât pe scripturile buddhiste tradiţionale, iar din acest motiv este denumită uneori Tantrayana. Vajrayana se practică mai mult în Mongolia, Tibet, Ladakh, Nepal, Bhutan şi printre tibetanii care trăiesc în India.

ÎNTREBARE: Toate acestea par foarte confuze. Dacă doresc să practic buddhismul, de unde să ştiu ce tip să aleg?

RĂSPUNS: Am putea face o comparaţie cu un râu. Dacă vei merge la izvoarele râului, iar apoi la gura de vărsare, probabil că râul va arăta foarte diferit. Dar dacă vei urma cursul lui, de la izvoare, pe meandrele lui printre dealuri şi stânci, peste cascade şi diferiţii afluenţi, atunci când vei ajunge la gura de vărsare vei înţelege de ce pare atât de diferită de izvoarele râului. Dacă doreşti să studiezi buddhismul, porneşte de la cele mai de bază şi cele mai vechi învăţături - cele Patru Adevăruri Nobile, Nobila Cale Octuplă, viaţa lui Buddha şi aşa mai departe. Apoi studiază modul şi motivele pentru care aceste învăţături şi idei au evoluat, iar după aceasta concentrează-te pe tradiţia buddhistă care ţi se pare cea mai potrivită pentru tine. Astfel îţi va fi imposibil să spui că izvoarele râului sunt inferioare gurii de vărsare sau că gura de vărsare este o deformare a izvoarelor.

13. A DEVENI BUDDHIST

ÎNTREBARE: Tot ce am aflat până acum pare a fi foarte interesant. Cum poţi deveni buddhist?

RĂSPUNS: Era odată un om numit Upali care a fost foarte impresionat de învăţăturile lui Buddha şi s-a hotărât să devină unul din discipolii lui. Dar Buddha i-a spus:

> Mai întâi fă o cercetare corectă, Upali. O cercetare corectă este bună pentru o persoană foarte cunoscută, așa ca tine, Upali.
>
> (M. II, 379)

În buddhism înţelegerea este cel mai important lucru, iar înţelegerea are nevoie de timp, este produsul finit al unui proces. Nu te repezi imediat să devii buddhist. Gândeşte-te, pune întrebări, ia totul în considerare cu atenţie, iar apoi ia o decizie. Buddha nu era interesat să aibă un număr mare de adepţi. El era interesat ca oamenii să-i urmeze învăţăturile ca rezultat al unei investigaţii îngrijite şi al luării în considerare a faptelor.

ÎNTREBARE: Dacă am făcut toate acestea şi am găsit învăţăturile lui Buddha ca fiind acceptabile, ce trebuie să fac în continuare pentru a deveni buddhist?

RĂSPUNS: Cel mai bine ar fi să te alături unui templu, sau unui grup buddhist, să-i sprijini pe călugări, iar aceştia să te ajute în continuarea învăţăturilor. Apoi, când eşti gata, devii buddhist şi din punct de vedere formal acceptând cele Trei Refugii.

ÎNTREBARE: Ce sunt cele Trei Refugii?

RĂSPUNS: Un refugiu este un loc unde oamenii merg atunci când sunt în suferinţă sau când au nevoie de siguranţă. Există multe tipuri de refugii.

Atunci când oamenii sunt nefericiţi îşi găsesc refugiul în prietenii lor. Buddha spunea:

A-ți găsi refugiul în Buddha,

în Dhamma și în Sangha,

și a vedea cu o înțelegere reală

cele Patru Adevăruri Nobile:

suferința, cauza suferinței,

depășirea suferinței și

Nobila Cale Octuplă care

duce la depășirea suferinței,

Acesta este într-adevăr un refugiu sigur,

este refugiul suprem.

Acesta este refugiul în care cineva

este eliberat de toată suferința.

(Dp. 189-192)

A-ţi găsi refugiul în Buddha este o acceptare încrezătoare a faptului că cineva poate deveni iluminat pe deplin şi perfect exact aşa cum a fost şi Buddha. A-ţi găsi refugiul în Dhamma înseamnă a înţelege cele Patru Adevăruri Nobile şi a-ţi ghida viaţa după Nobila Cale Octuplă. A-ţi găsi refugiul în Sangha înseamnă a căuta sprijin, inspiraţie şi sfaturi de la cei care merg deja pe Nobila Cale Octuplă. Făcând acestea, cineva poate deveni buddhist, făcând astfel primul pas către Nirvana.

ÎNTREBARE: Ce schimbări au avut loc în viaţa dvs. de când aţi acceptat cele Trei Refugii?

RĂSPUNS: Ca şi milioanele de oameni dinaintea mea, de acum 2500 de ani şi până azi, am descoperit că învăţăturile lui Buddha au un sens în această lume dificilă. Ele au dat înţeles unei vieţi care părea fără sens. Mi-au oferit

o etică umană, plină de compasiune cu care să-mi trăiesc viaţa şi mi-au arătat cum pot atinge o stare de puritate şi perfecţiune în vieţile următoare. Un poet din India străveche a scris despre Buddha:

> A-ți găsi refugiul în el, a cânta în onoarea lui, a-l cinsti și a sălășlui în Dhamma lui înseamnă a acționa cu o deplină înțelegere.

Sunt total de acord cu aceste cuvinte.

Întrebare: Am un prieten care tot încearcă să mă convertească la religia lui. Nu mă interesează şi i-am spus-o de mai multe ori, dar el tot insistă. Ce aş putea face?

Răspuns: Primul lucru pe care trebuie să-l înţelegi este că acea persoană nu îţi este prieten. Un prieten adevărat te acceptă aşa cum eşti şi îţi respectă dorinţele. Cred că acea persoană doar pretinde că îţi este prieten pentru a te converti. Atunci când oamenii încearcă să-şi impună voinţa asupra altora, cu siguranţă că nu le sunt prieteni.

Întrebare: Dar el spune că vrea să împărtăşească cu mine religia lui.

Răspuns: A-ţi împărtăşi părerile religioase cu alţii este un lucru bun, dar probabil prietenul tău nu cunoaşte diferenţa dintre a împărtăşi şi a impune. Dacă am un măr, îţi ofer o jumătate şi tu o accepţi, atunci am împărţit cu tine. Dar dacă tu îmi spui: „Mulţumesc, dar am mâncat deja”, iar eu tot insist să accepţi jumătatea, iar în cele din urmă o accepţi din cauza insistenţelor mele, atunci asta nu prea se mai numeşte împărtăşire. Oameni ca prietenul tău încearcă să-şi camufleze comportamentul greşit sub numele de „împărtăşire”, „dragoste”, „participare”. Dar oricum i-ar spune, comportamentul lor este tot nepoliticos şi egoist.

Întrebare: Deci cum l-aş putea opri?

Răspuns: Simplu. Mai întâi trebuie să fie clar în mintea ta ce anume doreşti. Apoi, îi spui şi lui în mod clar şi pe scurt. Dacă el insistă, cu întrebări de genul: „Care este părerea ta despre acest lucru?” sau „De ce nu vrei să vii la

întâlnire cu mine?”, atunci îi repeţi clar şi politicos prima ta afirmaţie. Dacă îi tot vei repeta clar, cu răbdare şi hotărâre şi vei refuza să te laşi implicat în conversaţie, în cele din urmă va renunţa. Este păcat că trebuie să faci acest lucru, dar e foarte important ca oamenii să înveţe că nu-şi pot impune credinţele sau dorinţele altora.

ÎNTREBARE: Ar trebui ca buddhiştii să împărtăşească Dhamma cu alţii?

RĂSPUNS: Da, ar trebui. Dacă oamenii te întreabă despre buddhism, spune-le. Poţi să le spui despre învăţăturile lui Buddha şi chiar fără să te întrebe. Dar dacă prin faptele sau prin vorbele lor îţi dau de înţeles că nu sunt interesaţi, acceptă acest lucru şi respectă-le dorinţa. Este de asemenea foarte important să ţii minte că oamenii pot afla despre Dhamma mult mai eficient din faptele tale decât din vorbele pe care ai putea să le spui. Arată-le oamenilor Dhamma fiind totdeauna politicos, blând, tolerant, corect şi cinstit. Lasă Dhamma să strălucească prin vorbele şi acţiunile tale. Dacă fiecare dintre noi cunoaştem Dhamma corect, o practicăm pe deplin şi o împărtăşim generos doritorilor, atunci putem fi de mare folos şi nouă şi celorlalţi.

14. Unele cuvinte ale lui Buddha

Înțelepciunea este purificată de virtute, iar virtutea este purificată de către înţelepciune. Acolo unde există una, întotdeauna va exista şi cealaltă. Omul virtuos are înţelepciune şi înţeleptul are virtute. Combinaţia celor două este cel mai înălţător lucru din lume. (D. I, 84)

Mintea precede toate lucrurile, mintea le domină, toate sunt create de către minte. Dacă cineva vorbeşte sau acţionează cu o minte pură, atunci fericirea îl va urma la fel ca umbra de care nu se desparte niciodată (Dp. 2)

Nimeni nu ar trebui să-l învinovăţească pe altul, sau să-l dispreţuiască, pentru niciun motiv. Să nu doreşti niciodată suferinţă altuia, nici din cauza mâniei, nici din cauza rivalităţii. (Sn. 149)

Aşa cum marele ocean are doar un singur gust - gustul sărat, tot aşa Dhamma are doar un singur gust - gustul libertăţii (Ud. 56)

Este uşor să vezi greşelile altora, dar este greu să-ţi vezi propriile greşeli. În timp ce separăm greşelile altora, aşa cum separăm pleava de grâu, scoţându-le în evidenţă, pe ale noastre le ascundem aşa cum un vânător se camuflează în ascunzătoarea lui. Cei care se uită după greşelile altora doar devin iritabili şi uşor de mâniat. Calităţile lor negative se dezvoltă şi sunt tot mai greu de distrus. (Dp. 252-3)

Multe ghirlande se pot face dintr-o grămadă de flori. La fel, multe fapte bune pot fi făcute de cineva care s-a născut om. (Dp. 53)

Atunci când le vorbeşti altora, poţi vorbi la momentul potrivit sau la un moment nepotrivit, conform faptelor sau nu, cu blândeţe sau cu asprime, la obiect sau pe lângă, cu o minte plină de ură sau de dragoste. Ar trebui să vă antrenaţi astfel: „Minţile noastre nu vor fi corupte, nici nu vom rosti vorbe rele, ci numai vorbe blânde şi pline de compasiune, vom trăi cu o minte eliberată de ură şi plină de iubire. Vom trăi umplând mai întâi o persoană cu iubirea noastră, iar apoi vom umple întreaga lume cu o iubire care creşte permanent, pătrunde peste tot, este de nemăsurat şi complet lipsită de ură sau duşmănie". Astfel ar trebui să vă pregătiţi. (M. I, 126)

După trei lucruri poate fi recunoscut un om înţelept. Care sunt acestea trei? Îşi vede propriile greşeli aşa cum sunt ele; văzându-le, încearcă să le corecteze, iar când alţii îi subliniază greşelile, el îi iartă. (A. I, 103)

Încetează a face rău, învaţă să faci binele, purifică-ţi mintea. Aceasta este învăţătura lui Buddha. (Dp. 183)

Învaţă lucrurile de la ape. În cheile munţilor şi în prăpăstii pârâiaşele izbucnesc zgomotos. Dar marile râuri curg în linişte. Lucrurile goale de conţinut sunt gălăgioase, plinul este totdeauna liniştit. Nebunul este ca un vas pe jumătate plin, înţeleptul este ca un lac adânc şi nemişcat. (Sn. 720-1)

Chiar dacă un criminal josnic ţi-ar tăia bucată cu bucată corpul cu un ferestrău, dacă îţi umpli mintea cu ură din această cauză, atunci nu-mi practici învăţăturile. (M. I, 126)

Dacă cineva este gelos, egoist sau necinstit, atunci este o persoană neatractivă, în ciuda faptului că vorbeşte bine sau are trăsături frumoase. Dar persoana care nu are aceste caracteristici rele şi este eliberată de ură, acea persoană este cu adevărat frumoasă. (Dp. 262-3)

Este imposibil ca cineva care nu este reţinut, disciplinat sau satisfăcut să-i înfrâneze, disciplineze sau să-i satisfacă pe alţii. Dar este foarte posibil ca cineva care este reţinut, disciplinat şi satisfăcut să-i poată ajuta şi pe alţii să devină la fel. (M, I, 45)

Mulțumirea este cea mai mare avere. (Dp. 227)

Dacă cineva mă critică pe mine, critică Dhamma sau Sangha, nu trebuie să vă mâniaţi sau să aveţi resentimente pentru că acest lucru v-ar întuneca judecata şi nu aţi mai şti dacă ceea ce spun alţii e corect sau greşit. Explică-le celorlalţi de ce critica lor nu este corectă, spunându-le: „Aceasta nu este corect. Acesta nu e un lucru drept. Nu asta este calea noastră. Nu aşa facem noi." La fel, dacă alţii mă laudă pe mine, laudă Dhamma sau Sangha, nu ar trebui să deveniţi mândri din acest motiv, pentru că mândria v-ar putea întuneca judecata şi nu aţi mai şti dacă ceea ce spun alţii este corect sau greşit. Explică-le celorlalţi de ce lauda lor este corectă, spunându-le: „Este corect. E un lucru drept. Astfel este calea noastră. Aceste lucruri se găsesc în noi". (D. I, 3)

Dacă vorbele spuse au cinci caracteristici anume, atunci ele nu sunt vorbe greşite, ci corecte, lăudabile şi apreciate de către cei înţelepţi. Care sunt cele cinci caracteristici? Sunt spuse la momentul potrivit, sunt adevărate, sunt spuse cu bunătate, sunt la obiect şi sunt spuse cu dragoste. (A. III, 243)

Aşa cum un lac adânc este limpede şi nemişcat, la fel devine şi înţeleptul, complet liniştit şi paşnic, atunci când aude învăţăturile. (Dp. 82)

De mică importanţă este pierderea unui lucru cum ar fi averea, dar este ceva teribil să-ţi pierzi înţelepciunea. De mică importanţă este dobândirea unui lucru cum ar fi averea, dar e ceva minunat să dobândeşti înţelepciune. (A. I, 15)

Dacă o persoană lipsită de atenţie recită textele sacre, dar nu aplică ceea ce spun ele, atunci acea persoană este ca păstorul care numără turma altcuiva, ea nu se va bucura de beneficiile vieţii sfinte. (Dp. 19)

Aşa cum o mamă îşi protejează unicul ei copil, chiar cu riscul propriei vieţi, la fel oamenii ar trebui să aibă o dragoste neţărmurită faţă de toate fiinţele din lume. (Sn. 150)

Cineva care vrea să-l admonesteze pe altul, ar trebui mai întâi să se gândească astfel: „Sunt sau nu sunt o persoană care practică puritatea completă, în vorbă şi faptă? Sunt aceste calităţi prezente în mine sau nu?”. Dacă aceste calităţi nu sunt prezente în persoana respectivă, atunci fără îndoială vor exista unii care să spună: „Haide, de ce nu practici mai întâi completa puritate în vorbă şi faptă?”. Din nou, cineva care vrea să-l admonesteze pe altul, ar trebui mai întâi să se gândească astfel: „M-am eliberat eu însumi de reavoinţă şi mi-am dezvoltat dragostea faţă de alţii? Sunt aceste calităţi prezente în mine sau nu?”. Dacă aceste calităţi nu sunt prezente atunci fără îndoială că vor exista unii care să spună: „Haide acum, de ce nu practici iubirea faţă de ceilalţi tu însuţi?”. (A. V, 79)

Oricine practică corectitudinea dimineaţa, la prânz sau seara, va avea o dimineaţă fericită, un prânz fericit sau o seară fericită. (A. I, 294)

Dacă cineva abuzează de tine, te loveşte, aruncă cu pietre în tine, te loveşte cu băţul sau cu sabia, trebuie să pui deoparte toate consideraţiile şi dorinţele lumeşti şi să gândeşti: „Inima mea va fi nemişcată. Nu voi rosti vorbe rele. Nu voi simţi niciun resentiment, ci îmi voi menţine bunătatea şi compasiunea faţă de toate fiinţele.”. Astfel ar trebui să gândeşti. (M. I, 126)

Inginerii conduc cursurile de apă, cei care fac arcuri îndreaptă săgeţile, tâmplarii dau formă lemnului, iar înţelepţii se modelează pe ei înşişi. (Dp. 80)

Există patru tipuri de oameni în lume. Care sunt acestea patru? Acei care nu sunt preocupaţi nici de bunăstarea lor, nici de bunăstarea altora, cei care sunt preocupaţi de bunăstarea altora, dar nu de a lor, cei care sunt preocupaţi de bunăstarea lor, dar nu şi a altora şi cei care sunt preocupaţi şi de bunăstarea lor şi de a celorlalţi. Dintre aceste patru tipuri de oameni, cei care sunt interesaţi de bunăstarea lor, ca şi de a celorlalţi sunt cei mai buni, la cel mai înalt nivel, conducători. (A. II, 94)

Dacă-ţi găseşti refugiul în Buddha, în Dhamma şi în Sangha, atunci vei fi eliberat de teamă şi de freamăt. (S. I, 220)

Cucereşte ura prin iubire, răul prin bine, zgârcenia prin generozitate şi minciuna prin adevăr. (Dp. 223)

Cei ale căror gânduri, vorbe şi fapte sunt bune, sunt cei mai buni prieteni ai lor. Chiar dacă ei spun: „Nu ne pasă de noi înşine.”, ei tot sunt cei mai buni prieteni ai lor înşişi. De ce? Din cauză că fac pentru ei înşişi ceea ce un prieten bun ar face pentru ei. (S. I, 71)

Nu neglijaţi bunătatea spunând: „Eu nu aş putea fi aşa!”. Vasul se umple picătură cu picătură şi la fel, puţin câte puţin, înţeleptul se umple cu bunătate. (Dp. 122)

Era odată un călugăr care suferea de dizenterie şi zăcea acolo unde a căzut, în propria-i murdărie. Buddha şi cu Ananda, discipolul său, treceau pe acolo când l-au văzut pe călugărul bolnav şi Buddha l-a întrebat:

„Călugăre, ce s-a întâmplat cu tine?”

„Am dizenterie, Venerabile Domn”

„Nu există nimeni care să aibă grijă de tine?”

„Nu, Venerabile Domn”

„Atunci de ce nu au grijă ceilalţi călugări de tine?”

„Pentru că nu le sunt de niciun folos.”

Apoi Buddha i-a spus lui Ananda: „Du-te şi adu nişte apă; îl vom spăla pe acest călugăr.”. Ananda a adus apă şi în timp ce Buddha turna apa, Ananda l-a spălat pe călugăr. Apoi l-au luat de cap şi de picioare, l-au cărat şi l-au pus într-un pat. Mai târziu Buddha i-a chemat pe călugări şi i-a întrebat:

„De ce nu aţi avut grijă de călugărul bolnav?”

„Din cauză că nu ne era de niciun folos.”

„Călugărilor, nu aveţi nici mamă nici tată care să aibă grijă de voi. Dacă nu aveţi voi grijă unii de ceilalţi, cine va avea? Cine va îngriji bolnavii mă va îngriji pe mine.” (Vin. IV, 301)

Darul Adevărului întrece toate celelalte daruri. (Dp. 354)

Este bine ca din când în când să te gândeşti la propriile tale greşeli. Este bine ca din când în când să te gândeşti la greşelile altora. Este bine ca din când în când să te gândeşti la virtuţile proprii. Este bine ca din când în când să te gândeşti la virtuţile altora. (A. V, 159)

Cei care fac bine se bucură acum, se bucură mai târziu, se bucură şi acum şi mai târziu. Se bucură şi sunt fericiţi când se gândesc la faptele lor bune. (Dp. 16)

Renunţă la rău. Este posibil. Dacă nu ar fi posibil nu aş cere să faci asta. Dar este posibil, şi de asta îţi spun: „Renunţă la rău!”. Dacă renunţarea la rău ar duce la suferinţă şi regrete nu aş cere să faci asta. Dar este pentru bunăstarea şi fericirea ta, de asta îţi spun: „Renunţă la rău”. Hrăneşte binele. Este posibil. Dacă nu ar fi posibil nu aş cere să faci aşa ceva. Dar este posibil şi de aceea spun: „Hrăneşte binele!”. Dacă a hrăni binele ar duce la

suferinţă şi la regrete nu aş cere aşa ceva. Dar acest lucru va îmbunătăţi bunăstarea şi fericirea ta, de aceea îţi spun: „Hrăneşte binele!”. (A. I, 58)

Toţi tremură de frica pedepsei, tuturor le e dragă viaţa. De aceea, trebuie să te pui în locul celorlalţi şi nici să nu ucizi nici să nu ordoni uciderea altcuiva. (Dp. 130)

Ca şi munţii Himalaia, binele străluceşte de departe. Ca o săgeată trasă în noapte, răul este întunecat. (Dp. 304)

Buddha a spus: „Ce crezi despre asta? Care este scopul unei oglinzi?”

„Are scopul de a reflecta”, a răspuns Rahula.

Apoi Buddha a spus: „La fel, o acţiune ar trebui să fie făcută cu mintea, cu vorba sau cu trupul numai după o atentă reflectare.” (M. I, 415)

La fel cum fluviul Gange curge, se înclină şi se întinde către est, tot aşa, o persoană care cultivă şi dezvoltă Nobila Cale Octuplă ar trebui să curgă, să se încline şi să se întindă către Nirvana. (S. V, 40)

Cei care continuă să gândească astfel: „A abuzat de mine!”, „M-a lovit!”, „M-a oprimat!”, „M-a jefuit!”, niciodată nu-şi pot opri ura. Dar cei care lasă să treacă aceste gânduri, vor reuşi. Căci în această lume niciodată ura nu este potolită de şi mai multă ură. Iubirea este aceea care potoleşte ura; acesta este un adevăr etern. (Dp. 3-5)

Abrevieri:

A, Anguttara Nikaya;

D, Digha Nikaya;

Dp, Dhammapada;

M, Majjhima Nikaya;

S, Samyutta Nikaya;

Sn, Sutta Nipata;

Ud, Udana;

Vin, Vinaya.

Cuprins

Despre autor.....3
1. Ce este buddhismul.....5
2. Concepte buddhiste de bază.....16
3. Buddhismul şi ideea de Dumnezeu.....20
4. Cele cinci precepte.....24
5. Renaşterea.....31
6. Meditaţia.....39
7. Înţelepciune şi compasiune.....46
8. Vegetarianism.....49
9. Norocul şi soarta.....52
10. Călugării şi călugăriţele.....54
11. Scripturile buddhiste.....57
12. Istorie şi dezvoltare.....61
13. A deveni buddhist.....66
14. Unele cuvinte ale lui Buddha.....70
15. Abrevieri.....77

A.B.T.R.
Asociaţia Buddhistă Theravada din România

vizitaţi site-ul ASOCIAŢIEI BUDDHISTE THERAVADA DIN ROMÂNIA
WWW.THERAVADA.RO